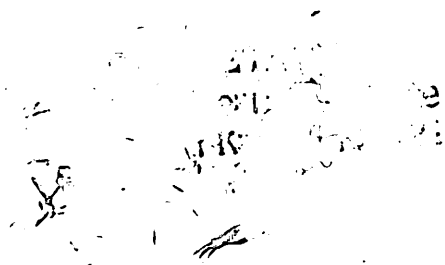
SARDAR BAHADUR MAHARAJ JAGAT SINGH JI

آتم گیان

مہاراج جگت سنگھ جی

راد ھا سوامی ست سنگ، بیاس

فہرست مضامین

دیباچہ 5

باب اوّل —— 9

ست سنگ

سنتوں کی تعلیم 11

گورمت یا درویشانِ حق کا راستہ 31

اِنسانی قالِب 45

نام (کلمہ) 67

رُوح کا عالمِ فانی میں آنا اور مقامِ حق واپس پہنچنا 87

جگ میں گھور اندھیرا بھاری 105

رُوحانیت کے کچھ بُنیادی اصُول 117

باب دوئم —— 129

ست سنگوں میں سے چُنے ہوئے کچھ بچن 131

باب سوئم ———————— 175

ست سنگیوں اور مُتلاشیوں کو لکھے گئے خطُوط 177

باب چہارم ———————— 263

رُوحانی گُلدستہ

بات چیت میں سے کچھ چُنے ہُوئے اہم نکتے 265

ہماری چیدہ مطبوُعات 295

دِیباچہ

ہمیں خُوشی ہے کہ ہم سردار بہادُر جگت سِنگھ جی کی مشہور انگریزی تصنِیف " دی سائنس آف دِی سول" کا اُردو ترجمہ متلاشیانِ حق کی خِدمت میں پیش کر رہے ہیں۔ اِس کے ساتھ سنگت کی عرصہ دراز سے چلی آ رہی مانگ پُوری ہو جائے گی۔

سردار بہادُر مہاراج جی کی یہ کِتاب علمِ رُوحانیت کا بیش قیمت خزانہ ہے نفس اور مادیّت کی صُحبت میں غلیظ ہُوئی رُوح خُود کو جسم اور اِس عالمِ دِیدہ کو ہی سب کُچھ سمجھے ہُوئے ہے۔ اِس کِتاب میں مہاراج جی نے بخُوبی سمجھانے کی کوشش کی ہے کہ رُوح کِس طرح تمام غلاظتوں سے پاک ہو کر اپنے آپ کو پہچاننے کے قابل بن سکتی ہے۔ آپ نے فرمایا ہے کہ مُرشدِ کامل کی مدد سے اپنے باطن میں شبد دُھن (کلامِ الٰہی) کو پکڑ کر مقامِ حق لَوٹ جانا ہی اِنسانی زِندگی کا اصل مقصد ہے اور اِس مقصد کے حصُول یا تکمیل میں جو بھی سدِّ راہ ہو اُسے راستے سے ہٹا دینا چاہیئے۔

سردار بہادُر جی مہاراج کی اپنی طرزِ زندگی (رہن سہن) کی صِفت و ثنا بیان سے باہر ہے۔ آپ کا سب سے بڑا وصف اپنے ستگورُو سے محبّت، ستگورُو پر بھروسہ اور ستگورُو کے حُکم کی تعمیل تھا۔ آپ کو حضُور مہاراج بابا ساون سِنگھ جی

سے جس قدر پیار اور عقیدت تھی، آپ بذاتِ خُود اُس کی زِندہ مثال تھے۔ اپنے اِس جذبۂ عقیدت کے پیشِ نظر آپ نے کبھی اپنی زبان سے اُن کا نام نہیں لیا۔ آپ اپنی لمبی مُلازمت کے دَوران تقریباً ہر سال چھُٹیوں میں، جب حضُور مہاراج جی ڈیرے میں ہوتے، یہاں آجاتے۔ اور اپنا سارا وقت آپ کی حضُوری میں گزارتے۔

جب آپ گورنمنٹ ایگریکلچر کالج لائلپور میں تھے، اُن دِنوں ایک فقیر سائیں لسوڑی شاہ بھی وہاں رہتے تھے۔ وہ بہت کمائی والے فقیر تھے۔ سردار بہادر ڈیرے آتے وقت سائیں جی کا حضُور مہاراج جی کے نام پیغام لاتے اور واپسی پر حضُور مہاراج جی کا پیغام سائیں جی کے لئے لے جاتے۔ ایکبار سردار بہادر جی نے حضُور مہاراج کا ایک ایسا پیغام سائیں جی کو پہنچایا کہ سائیں جی بہت خُوش ہُوئے اور اُس شادمانی کی حالت میں آپ نے سردار بہادر جی مہاراج کو گلے لگا لیا اور اُسی وقت آپ کو رُوحانیت کے راز آشکارا کر دینے کی پیشکش کی۔ لیکن سردار بہادر جی نے بڑے پیار سے یہ کہہ کر ٹال دِیا کہ جب حضُور مہاراج جی مُناسِب سمجھیں گے خُود ہی پردہ کھول دیں گے۔ اِس کو کہتے ہیں اپنے مُرشِد پر بھروسہ۔

سردار بہادر جی کی زِندگی نہایت عامِل بہ عمل تھی اور آپ کی بُزرگی اور دُور اندیشی کا یہ عالم تھا کہ سب چھوٹے بڑے آپ سے صلاح و مشورہ کرتے تھے۔ آپ کی بے غرض خِدمات کا ایگریکلچرل کالج لائلپور کی ترقّی اور شہرت میں بہت بڑا ہاتھ تھا۔ لیکن آپ ہمیشہ یہ نیک نامی اپنے ساتھیوں کے نام ہی منسُوب کرتے رہے۔ آپ دُنیاوی اور رُوحانی مُعاملات میں خُود کو کبھی آگے نہیں لاتے تھے تمام کام کاج حضُور مہاراج جی کے نام سے کرتے تھے۔ اور خُود بالکل الگ تھلگ رہتے تھے۔ گُوربانی کے مُندرجہ ذیل فرمان میں آپ کے طرزِ عمل کی عکاسی جھلکتی ہے۔

میرے ٹھاکر کے جن الپیت ہے مُکتے چَوُمُرغائیُ پنک نہ بھیجے

(آدگرنتھ، ص 1324)

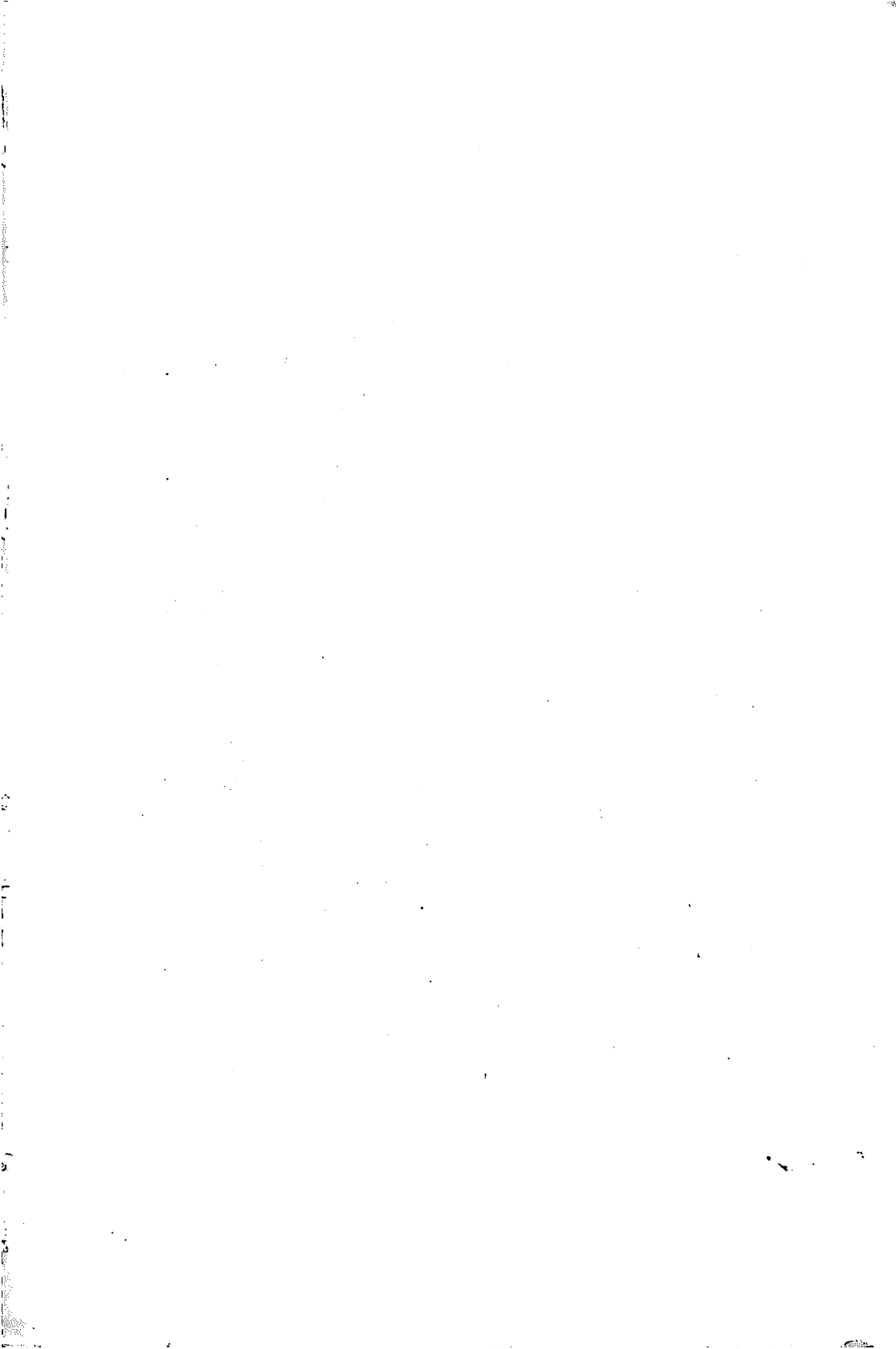
سردار بہادُر جی مہاراج شبد کی کمائی یعنی رُوحانی شغل کے لئے پاک وصاف اور بے لاگ رہن سہن کو نہایت ضرُوری سمجھتے تھے۔ اور بار بار اس بات پر زور دیتے تھے کہ ست سنگی کو موت کا اِنتظار نہیں کرنا چاہیئے بلکہ جیتے جی مرنا چاہیئے، مُراد تیسرے تِل میں رسائی حاصِل کرنے کی کوشِش کرنی چاہیئے۔ آپ کم کھانے، کم سونے اور کم بولنے کی تلقین کیا کرتے تھے اور خلوت پسند ہونے کے ناطے خاموش رہنے میں خاص دِلچسپی رکھتے تھے آپ نہایت صاف گو تھے۔ جو بات کہنی ہوتی بہت تھوڑے اور صاف لفظوں میں کہہ دیتے تھے۔ آپ بہت کم بولتے تھے لیکن جب بھی کچھ کہتے نہایت شیریں اور محبّت بھرے لہجے میں اپنا خیال ظاہر کرتے اور آپ کی آنکھوں میں پیار کا سمندر اُمنڈتا ہوُا دِکھائی دیتا تھا۔

سائنس دان ہونے کے ناطے آپ کی تعلیم کا ڈھنگ بھی تکنیکی اور عملی ہوتا تھا یہی وجہ ہے کہ عام لوگوں کے عِلاوہ تعلیم یافتہ اصحابِ فہم و اِدراک پر بھی آپ کی گُفتگُو کا گہرا اثر پڑتا تھا۔ ہزاروں لوگ آپ کی پناہ میں آئے اور نام دان کی بخشِش سے فیض یاب ہوُئے۔

جسدِ خاکی کو الوداع کہہ کر دُھر دھام لوٹنے سے ایک دن پہلے سردار بہادُر جی مہاراج نے اپنی وصیّت لِکھوائی اور مہاراج چرن سِنگھ جی کو سادھ سنگت کی سنبھال اور نام کے پرچار کے لئے اپنا جانشین مُقرّر فرمایا۔

ہمیں چاہیئے کہ آپ کی حقیقی رُوحانیت سے بھرپوُر پاک، بلند اور صاف زندگی اور انمول تعلیم سے فائدہ اُٹھائیں۔

سیکریٹری

رادھا سوامی ست سنگ، بیاس

بابِ اوّل

ست سنگ

سنتوں کی تعلیم

سب سے پہلے ہم اِس بات کو سمجھنے کی کوشش کریں گے کہ فُقرائے کامِل (سنتوں، مہاتماؤں) کا اِس دُنیا میں آنے کا مقصد کیا ہوتا ہے؟ اِس مضمون کو پُوری طرح سمجھنے کے لئے ہمارے لئے سب سے پہلے لفظ 'سنت' (سینٹ) کا صحیح مطلب سمجھ لینا ضرُوری ہے کہ درحقیقت کون سی ہستی سنت کہلوائے جانے کی مُستحق ہوسکتی ہے۔ 'سنت۔مت'، یعنی درویشانِ حق کی تعلیم کے بارے میں آج اِتنی زیادہ غلط فہمیاں پائی جاتی ہیں کہ تعلیم یافتہ لوگوں کی ایک بڑی تعداد جن میں مُختلف مذاہب کی نمائندگی کرنے والی مُقدم ہستیاں بھی شامل ہیں، اِس مُعاملے میں صاف صاف جانکاری رکھتی دکھائی نہیں دیتیں۔ 'سنت، سینٹ اور سادُھو' جیسے الفاظ کا اِتنا زیادہ غلط مطلب لیا جاتا ہے کہ بھگوے کپڑوں میں ملبُوس کسی بھی بھکاری کو لوگ سادُھو کہہ دیتے ہیں۔ جبکہ یہ لفظ بُنیادی طور پر اُس شخص کے لئے اِستعمال ہونا چاہیئے جو اندرُونی رُوحانی رسائی کی بدولت نفس اور مادیّت کی حدُود کو عبُور کر چُکا ہو۔

یہ بات تو شرُوع ہی میں واضح کر دینی لازم ہو گی کہ سنت کسی باہری دِکھاوے، کسی شرعی رسُوم، کرم کانڈ، ریتی رواج اور طرزِ زندگی کے طور طریقوں یا کسی خاص

قِسم کے پہناوے میں قطعاً اعتقاد نہیں رکھتے۔ وہ ذات پات، مذہب، نسل، قوم کے تفرقات سے اُوپر اُٹھ چُکے ہوتے ہیں۔ نہ ہی اُن کے ہاں لفظ 'سینٹ' کو اُس معنی میں اِستعمال کیا جاتا ہے جیساکہ عام طور پر عیسائی دھرم میں رائج ہے۔ عیسائی مذہب میں سنت یا سینٹ اُس شخص کو کہا جاتا ہے جس نے رومن کیتھولک گرجے کی طرف سے سینٹ کا درجہ حاصِل کر لیا ہو۔ جس طرح عِلمی ادارے میں بی۔اے، ایم۔اے وغیرہ عِلمی ڈِگریاں ہوتی ہیں، جو طالِب عِلم کی عِلمی قابلیت کو ظاہر کرتی ہے۔ اُسی طرح رُوحانیت کے مکتب میں 'سنت' یا 'سینٹ' اور سادھو جیسے الفاظ سالک کی رُوحانی رسائی کی ترجمانی کرتے ہیں۔ سنتوں کی تعلیم کے اندر یہ رُوحانی ڈگریاں اِس طرح ہیں :

1. 'ست سنگی' یا بیعت شُدہ مُرید وہ شخص ہے جو سنت۔ مت کے بتائے ہُوئے اصُولوں پر چلتا ہُوا اپنے مُرشد کی ہدایت کے مُطابق اپنے اندر خُدا کے وِصال کی راہ پر ثابت قدمی سے گامزن ہونے کی کوشش کرتا ہے۔

2. 'شِشّ' یا سِکھ اُس مُرید کو کہتے ہیں جس نے رُوحانیت کی راہ میں ترقّی کر کے پہلی منزل تک رسائی حاصل کر لی ہو اور اپنے اندر الٰہی نُور (جوت) کو دیکھتا ہو۔ گورُو گوبند سنگھ صاحب کا قول ہے، شِشّ (سِکھ) وہ ہے جو باطن میں خُدائی نُور کا دیدار کرتا ہو۔

پُورن جوت جگے گھٹ مہہ تب خالصہ تاہے نخالص جانہہ

(سویئے مکھ واک پاتشاہی ۱۰)

3. 'گیانی' اُسے کہا جاتا ہے جس نے برہم تک رسائی حاصل کر لی ہو۔ برہم پد تمام عِلموں کا سرچشمہ ہے اور یہیں سے تین گُنوں اور پانچ تتوں (عناصر) کی تخلیق ہُوئی ہے۔ یوگی، گیانی اور دُنیا کے بیشتر مذاہب برہم ہی کو سب سے اعلیٰ مقام مانتے ہیں۔

4. 'سادھو' وہ ہے جس نے اندرونی طور پر 'پار برہم تک رسائی حاصل کرلی ہو۔ کبیر صاحب فرماتے ہیں کہ سادھو وہ ہے جو ترکٹی کا یہ گڑھ (قلعہ) جیت کر دسویں دوار میں پہنچ چکا ہو۔

سادھو سوئی جن یہ گڑھ لینا ، نَو دروا جے پرگٹ چینہا
دسواں کھول جائے جن دِینہا، جہاں قفل رہا مارا ہے

(سنتوں کی بانی، ص 230)

گزشتہ[1] مردم شماری میں ہندوستان میں اپنے آپ کو 'سادھو' کہلانے والوں کی گنتی پچاس لاکھ تھی۔ لیکن اِن میں سے اگر اصلی سادھو تلاش کیا جائے تو شاید آپ کو پانچ سادھو بھی نہ مل پائیں۔ کبیر صاحب فرماتے ہیں کہ ہیروں کی بوریاں نہیں ہوتیں، نہ شیروں کے جھنڈ اور نہ ہنسوں کی قطاریں ہوتی ہیں اور نہ ہی سادھوؤں کی ٹولیاں۔

سِیہوں کے لہڑے نہیں ہنسوں کی نہیں پانت
لالوں کی نہیں بوریاں ، سادھ نہ چلیں جمات

(کبیر ساکھی سنگرہ، حصہ دوم، ص 118)

5. 'سنت'، اُسے کہتے ہیں جو رُوحانیت کی آخری منزل (مقامِ حق) تک رسائی کرچکا ہو اور پرماتما کے ساتھ ابھید ہوگیا ہو، جیسے قطرہ سمندر میں ملکر سمندر کی ہی شکل اختیار کرلیتا ہے۔ کبیر صاحب کا فرمان ہے کہ خدا اور خدا کے بندے (درویشانِ حق) ایک ہوتے ہیں۔ اُن میں اور خدا میں کوئی فرق نہیں ہوتا۔

ہر ہر جن دوئے ایک ہیں بِبھ وِچار کچھو ناہی

---

[1] سردار بہادر مہاراج جی نے 23 اکتوبر 1949ء کو اپنا جسد خاکی چھوڑا۔ گزشتہ مردم شماری سے شاید 1941ء کی مردم شماری مراد ہے۔

مہاتما پلٹوصاحب کا قول ہے :

رام سمیپی سنت ہیں وے جو کریں سو ہوئے
وے جو کریں سو ہوئے حکم میں اُن کے صاحب
سنت کہیں سوئی کریں رام نہ کرتے بائیب[1]
رام کے گھر کے بیچ کام سب سنتے کرتے
دیوتا تینتیس کوٹ سنت سے سب ہی ڈرتے
رائی پربت کریں، کریں پربت کو رائی
رام کے گھر بیچ پھرت ہے سنت دُہائی
پلٹو گھر میں رام کے اور نہ کرتا کوئے
رام سمیپی سنت ہیں وے جو کریں سو ہوئے

(پلٹوصاحب کی بانی، حصہ اوّل، کنڈلی 25)

'سنت' یا 'سینٹ' کے درجہ کے بارے میں غور و خوض کے بعد اب دیکھنا یہ ہے کہ سنتوں یا درویشانِ حق کی تعلیم کیا ہے؟ سنت مہاتما (فقرائے کامل)، خواہ وہ کسی مذہب، قوم یا مُلک سے تعلق کیوں نہ رکھتے ہوں، کی تعلیمات کا بنیادی اصول یہ ہے کہ خدا قائم و دائم ہے۔ یہ کائینات کسی کرتار، پروردگار یا محافظ کے بغیر نہیں چل رہی ہے۔ گورو نانک صاحب 'ست نام کرتا پرکھ' کا پیغام دیتے ہیں کہ وہ قادرِ مطلق اَبدی سکون (پرم آنند) کا سرچشمہ ہے۔ وہ ہمیشہ قائم و دائم ہے۔ اور حیات و موت سے مبرّا ہے۔
سنتوں کی تعلیم کا دوسرا پہلو یہ ہے کہ ہماری روح دراصل پرماتما روپی سمندر کا ایک قطرہ ہے، جسے اُس سمندر سے بچھڑے ہوئے اتنا لمبا عرصہ ہوگیا

---

[1] خلاف

ہے کہ یہ اپنے ابدی منبع کو بالکل بھول چکی ہے۔ اِسے تمام رنج و اَلم سے تبھی نجات مل سکتی ہے جب یہ واپس لَوٹ کر پرماتما رُوپی سمندر میں سَما جائے۔

تیسری بات جس پر سبھی فُقرائے کامل مُتفق ہیں، وہ یہ ہے کہ خُدا ہم سب کے اندر موجُود ہے۔ اِس لئے اُسے وجُود کے باہر کہیں سے بھی پایا نہیں جا سکتا۔ گورُو امر داس جی فرماتے ہیں:

سر پر ہو بھالن کو باہر جائے   نام نہ لہے بہُت و یگار دُکھ پائے

(آدگرنتھ، ص 124)

حضرت عیسےٰ فرماتے ہیں: " خُدا کی بادشاہت تُمہارے اندر ہے۔" "خُدا کو وہیں ڈھونڈو۔" قرآن شریف میں لکھا ہے: " اللہ تُمہاری شاہ رگ کے نزدیک ہے۔" اگر ہم سچ مُچ پرماتما کو پانا چاہتے ہیں تو ہمیں اپنے اندر ہی اُس کی کھوج کرنی ہو گی۔ بے شک خُدا ہمارے اندر ہے لیکن یہ جسمانی آنکھیں اُسے دیکھ نہیں سکتیں اور نہ ہی باہری کان اُس کی آواز کو سُن سکتے ہیں۔ جب کوئی مُتلاشی کسی مُرشدِ کامل سے باطن میں ہو رہی شبد دھن (کلامِ الٰہی) کو سُننے کا طریقہ سیکھ لیتا ہے تو وہ اُس کُل مالک کے دِیدار اور اُس کی آواز کو سُننے کے قابِل بن جاتا ہے۔

چوتھی بات جو سنت مہاتما کہتے ہیں وہ یہ ہے کہ خُدا سے وِصال فقط اِنسانی قالب میں ہی ہو سکتا ہے۔ جانوروں، دیوی دیوتاؤں اور عالمِ لطیف کے باشندوں کو یہ شرف حاصِل نہیں ہے۔ کبیر صاحب فرماتے ہیں کہ فرشتے بھی اِنسانی جامہ کے لئے ترستے ہیں کیونکہ فقط اِنسانی قالِب میں ہی خُدا کی عِبادت کی جا سکتی ہے۔

اِس دیہی کو سمرہہ دیو۔ سو دیہی بھج ہر کی سیو

(آدگرنتھ، ص 1159)

فرشتے اِسی لئے انسانی جامہ کے لئے ترستے ہیں کیونکہ اور کسی بھی (لطیف یا کثیف) وجُود کے اندر خُدا کی عِبادت مُمکن نہیں۔ لوگ سمجھتے ہیں کہ فرشتے (دیوی دیوتا) اِنسان

سے اعلیٰ درجہ رکھتے ہیں۔ لیکن درحقیقت فرشتے وہ رُوحیں ہیں جنہوں نے اِنسانی قالب میں پُن دان، جپ تپ، پاٹھ پُوجا وغیرہ نیک اعمال کئے ہوتے ہیں مگر نام یا شبد (کلمہ) کے شغل سے ناواقف ہوتے ہیں۔ لہٰذا وہ اپنے نیک اعمال کا پھل پانے کے لئے آج بہشت میں رہ رہے ہیں۔ اُن کے اعمال کے صِلہ کی معیاد پُوری ہو جانے پر یہ فرشتے (دیوی دیوتا) اِسی عالمِ فانی میں واپس بھیج دیئے جائیں گے۔ تمام سنت مہاتما اور مذہبی کتابیں اِس امر کی تصدیق کرتی ہیں۔

پانچویں بات جو سنت مہاتما سمجھاتے ہیں وہ یہ ہے کہ خُدا کی کھوج اپنے وجُود کے اندر آنکھوں سے اُوپر کرنی ہے، نیچے نہیں۔ جو لوگ جسم کے نچلے حصّہ میں کسی مرکز پر اپنی توجہ یکسُو کرتے ہیں، مثلاً مُول چکر (گُدا کی جگہ) یا کنٹھ چکر (گلے میں) نابھی چکر (پیٹ کی جگہ) ہردے چکر (دِل کی جگہ) اِندری چکر (عضوِ تناسل کی جگہ) وہ محض اصلیّت کا عکس ہی دیکھتے ہیں، اصلیّت نہیں۔ یہ ایسے ہے جیسے آسمان میں چمکتے ہُوئے سُورج کو دیکھنے کی بجائے پانی میں اُس کے عکس کے دِیوار پر پڑ رہے سائے کو دیکھا جائے۔ فقط وہی شخص جِس نے سُورج کو دیکھا ہے کہہ سکتا ہے کہ یہ سُورج کا عکس ہے لیکن محض عکس کی پرچھائیں سُورج نہیں ہوتا۔ اِسی طرح وہی لوگ جِنہوں نے خُود اپنے باطن میں خُدا کا دیدار کیا ہے، بخُوبی جان سکتے ہیں کہ جسم کے نچلے حصّے کے چکرّوں میں بلکہ کُل کائینات میں خُدا کی پرچھائیں یا عکس ہی دِکھائی دیتا ہے۔

اب سوال پیدا ہوتا ہے کہ اندر داخل کیسے ہُوا جائے؟ جِس دس دروازوں والے محل میں رُوح مُقیم ہے اُس میں کِس طرح اور کِس دروازے سے داخل ہُوا جا سکتا ہے۔ جواب بالکُل صاف ہے ــــ کِسی ایسے واقِف کار کی کھوج کرنا چاہیئے جو اِس محل کے راز سے واقِف ہو۔ خُود اِس محل میں جاتا ہو۔ اور ہمیں بھی اندر لے جانے کی صلاحیت رکھتا ہو۔ جب ہم کِسی جگہ کے راستے سے واقِف نہ

ہوں تو ہم کیا کرتے ہیں ؟ ہم کسی ایسے شخص سے راستہ دریافت کرتے ہیں جو اُس راستے کی جانکاری رکھتا ہو۔ اسی طرح اپنے اندر رُوحانی سفر شروع کرنے کیلئے یا راہِ حق پر گامزن ہونے کے لئے ہمیں کسی مُرشدِ کامل یعنی راہبر کی کھوج کرنی پڑتی ہے۔ آپ اُسے گورُو، آچاریہ، دوست یا بڑا بھائی کوئی بھی نام دے سکتے ہیں، اِس سے کچھ فرق نہیں پڑتا۔ مولانا رُوم کہتے ہیں : " اگر تُم حج کے لئے جانا چاہتے ہو تو کسی حاجی کو ہمراہ لے لو جس نے خُود حج کیا ہو۔ خواہ وہ ہندی ہو، تُرک ہو یا عرب کا باشندہ۔ اُس کے رنگ، ذات یا مُلک کو نہ دیکھو، البتہ اِتنی تسلّی ضرُور کرلو کہ وہ راستے کی مُشکلات، نشیب و فراز اور خطرات سے بخوبی واقف ہے۔" آپ خبردار کرتے ہیں کہ " کسی راہبر کی تلاش کرو۔ اُس کے بغیر یہ راستہ نہایت خطرناک ہے۔" آپ پھر فرماتے ہیں " کون ہے جو بنا مُرشدِ کامل کی مدد سے اپنے نفس کو جیت پایا ہے ؟" گورُو ارجن دیو جی پُرزور لہجے میں خبردار کرتے ہیں کہ اس بارے میں کسی شک و شبہ کی گنجائش نہیں ہونی چاہیئے کہ بغیر مُرشد کے وسیلے کے اِس بحرِ حیات و موت سے پار اُترنا مُمکن ہے۔

مت کو بھرم بھُولے سنسار، گُور بن کوئے نہ اُترس پار

(آدگرنتھ، ص 864)

گورُو رام داس جی کا فرمان ہے :

سنتہو سُنہو سُنہو جن بھائی، گُور کاڈھی باہ کُوکیجے
جے آتم کو سُکھ سُکھ نت لوڑہو، تاں ستگُور سرن پویجے

(آدگرنتھ، ص 1326)

کبیر صاحب کہتے ہیں کہ خواہ کوئی ساری عُمر مالا کے منکے پھیرتا رہے اور کتنا ہی پُن دان کرتا رہے اگر گورُو نہیں مِلا تو یہ سب کچھ رائیگاں اور بے سُود ہے۔ بغیر مُرشد کے خُدا کی عبادت نہیں ہوسکتی :

بِن گُورُو مالا پھیرتا ، گُورُ بِن کرتا دان
گُورُ بِن دان حرام ہَے جائے پُوچھے وید پُران

(کبیر ساکھی سنگرہ، حصّہ اوّل، ص ۱۰)

سکند پُران میں کہا گیا ہَے :
گُورُ وُرُ برہما، گُورُوُرُ وِشنُو گُورُ وُرُ دیو د ہشورہ
گُورُو ساکشات پر برہم تسمےَ شرِی گُورُوے نمہ

یہ ہم سب کا ذاتی تجربہ ہَے کہ کسی بھی قسم کا علم، ہُنر یا فن سیکھنے کے لئے ہمیں کسی نہ کسی اُستاد کی مدد لینی پڑتی ہَے۔ تو کیا بے حد مُشکل اعلیٰ رُوحانی علم کی تعلیم کے لئے ہمیں کسی اُستاد کی ضرُورت نہیں پڑے گی؟ گُورُو امرداس جی فرماتے ہیں کہ خُدا نے اپنے وصال کا قانُون ہی کُچھ ایسا بنایا ہَے کہ نام کی کمائی (کلمۂ حقیقی کا شغل) کے بغیر نجات نہیں اور مُرشدِ کامل کے بغیر کلمے کا راز حاصل نہیں ہو سکتا۔

سچّے سبد سچّی پت ہُوئی ، بِن ناوَے مُکت نہ پاوَے کوئی
بِن ستگُورُ کو ناوُ نہ پاوَے، پربھ ایسی بنت بنائی ہَے

(آدگرنتھ، ص 1046)

رُوحانیت میں کامیابی اور باطِن میں کلمۂ حقیقی کا راز اور اُس کے شغل کا عملی طریقہ سیکھنے کے لئے کسی سچّے گُورُو یعنی مُرشدِ کامل کے پاس جانا پڑتا ہَے۔ گُورُو ارجن دیو جی کہتے ہیں :

جِسن کا گرہ تِن دِیا تالا، کُنجی گُورُ سَوپائی
انک اُپاو کرے نہیں پاوَے، بِن ستگُورُ سرنائی

(آدگرنتھ، ص 205)

مُرشدِ کامل کی ہِدایت کو اپنا کر ہی ہم اپنے اندر شبد دُھن (کلامِ الٰہی)

کے ساتھ رابطہ قائم کر سکتے ہیں۔ مُرشد اندر داخل ہونے اور کلمے کے ساتھ رُوح کو جوڑنے کا طریقہ سکھلائے گا۔ اُس کے بتائے ہُوئے راستے پر چل کر سلسلۂ جنم مَرن یعنی حیات اور مَوت کے چکّر سے چھٹکارا ہو سکے گا۔

گورُو امر داس جی فرماتے ہیں :

باہر بھالے سو کیا لہئے، وستھ گھرئے اندر بھائی
بھرمے بھُولا سبھ جگ پھِرئے، مَن مُکھ پت گوائی

(آدگرنتھ ، ص 425)

درویشانِ حق کا بتایا ہُوا راستہ بڑا سیدھا اور آسان راستہ ہے۔ بچّے سے لے کر بوڑھے تک بلا لحاظ قوم، مُلک، مذہب اور مِلّت ہر انسان بڑی آسانی سے اُن کی تعلیم پر عمل پَیرا ہو سکتا ہے۔ اِس کے لئے نہ تو کِسی کو اپنا مذہب بدلنے کی ضرُورت ہے اور نہ ہی اپنے رہن سہن یا مُعاشرے میں کِسی قسم کی تبدیلی درکار ہے۔ نہ تو دُنیا سے کِنارہ کشی کرنے کی ضرُورت ہے، اور نہ ہی کاروبار کو چھوڑ کر جنگلوں پہاڑوں میں جا کر چھُپ جانے کی۔ فقرائے کامل کہتے ہیں: ”اپنے گھروں میں رہتے ہُوئے اپنی خانگی ذِمّہ داریوں کو اِیمان داری سے انجام دیتے ہُوئے حق حلال کی کمائی سے اپنے بال بچّوں اور رِشتے داروں کی مالی ضرُوریات پُوری کرتے ہُوئے، دُوسرے رِشتے ناطے جن کو آپ کی مدد کی ضرُورت ہے صحیح ڈھنگ سے نبھاتے ہُوئے دُنیا میں رہو۔ لیکن بے غرضانہ زِندگی بسر کرو۔ دُنیا میں رہتے ہُوئے دُنیا سے بے نیاز رہو۔ اپنے نفس کو دُنیاوی دھندوں سے موڑ کر ہر روز بِلا ناغہ کچھ وقت خُدا کی یاد میں صَرف کرو۔“

داد‌ُو صاحب کہتے ہیں : لوگ تو سُنی سُنائی بات کہتے ہیں، مگر داد‌ُو خُدا کو رُوبرُو حاضر ناضر دیکھ کر کہتا ہے۔ ” داد‌ُو دیکھا دِیدہ سب کوئی کہت شُنیدہ “ مُراد درویشانِ حق اپنا ذاتی تجربہ بیان کرتے ہیں۔ لوگ، پرانا یام، مُدرا یا بَدھی

یعنی عقل و اِدراک یا دلیلوں کی مدد سے خُدا تک نہیں پہنچا جاسکتا۔ اِس مضمون — رازِ حق — کے بارے میں کوئی کیا کہہ سکتا ہے۔ خُدا کا بیان کیسے کیا جاسکتا ہے؟ وہ اِنسانی عقل و فہم کی حد سے باہر ہے، لابیان ہے۔ فقط فُقرائے کامل ہی اُسے جانتے ہیں کہ وہ کیسا ہے۔

سنتوں کا راستہ چھ چکّروں کی ریاضت یعنی دھوتی، وستی، نیتی، مُدرا وغیرہ کا نہیں ہے۔ آپ نچلے چھ چکّروں کے شغل میں اپنے مُریدوں کا قیمتی وقت ضائع نہیں کرواتے، اور پھر اِن چکّروں میں رکھا ہی کیا ہے؟

پہلا چکّر، مُراد مُول چکّر، گنیش جی کا مقام ہے۔ دُوسرے یعنی اِندری چکّر میں 'برہما' کی حکمرانی ہے۔ جو کائنات کی تخلیق کرنے والا دیوتا ہے۔ تیسرا 'نابھی چکّر' ہے جس پر وِشنُو برسرِاقتدار ہے۔ جو پرورِش اور سنبھال کرنے والا ہے۔ چوتھا 'ہردے چکّر' ہے جس پر شِوجی کا تسلّط ہے جس کا کام ہے فنا کرنا۔ پانچواں 'کنٹھ چکّر' ہے جہاں پر دیوی 'شکتی' مُقیم ہے۔ برہما، وِشنو، مہیش تینوں اِسی سے ہی طاقت حاصل کرتے ہیں۔ چھٹا چکّر یوگیوں کی سب سے اُونچی منزل شِونیتر یا تِیسرا تِل (نُقطۂ سویدا) کہلاتا ہے۔ یہ مقام ہماری دونوں آنکھوں کے اُوپر واقع ہے۔ یہ اِنسانی شعُور (چیتنا) یا سوچ کا مرکز ہے۔ یہیں سے ہماری توجہ اور ہمارے خیالات باہر کی طرف پھیلتے ہیں۔ وہ کُل مالک، قادرِ مُطلق اِن چھ چکّروں سے بہت اُوپر — بارہویں چکّر (مقام) میں ہے۔ اُس سے واصل ہونے کیلئے ہمیں رُوح کی بیٹھک سے آگے چھ چکّر اور عبُور کرنے پڑتے ہیں۔ پھر بھلا یہ کہاں کی عقلمندی ہے کہ ہم سب سے نچلے چکّر (مقام) پر اُتر کر پھر سے اُوپر کی جانب لمبا اور محنت طلب سفر شرُوع کریں؟ اگر کوئی شخص پہاڑ کے وسط میں کھڑا ہو اور اُس کی چوٹی پر پہنچنا چاہتا ہو تو کیا اُس کے لئے یہ بہتر نہیں ہوگا کہ جہاں وہ کھڑا ہے وہیں سے اُوپر چڑھنا شرُوع کردے، بہ نِسبت اِس کے کہ وہ پہلے نیچے اُترے

اور پھر اُوپر چڑھے؟ اِس طرح تو اُس کا راستہ اور بھی زیادہ لمبا اور دُشوار ہو جائیگا لیکن یوگی لوگ اپنا رُوحانی سفر اِسی طرح طے کرتے ہیں۔

پھر نیچے کے چھ چکّروں سے مُسافت شُروع کر کے حاصل بھی کیا ہوگا؟ سوائے اِس کے کہ سالِک کا اُن خاص مقامات کے اِنتظام یا بندوبست کے لئے تعینات کردہ حُکمرانوں اور فرشتوں کا دِیدار ہو جائے گا۔ عِلاوہ ازیں نِچلے چھ چکّروں کا سفر نہ صرف دُشوار گُزار، پُرخطر اور پیچیدہ ہے بلکہ اِس کلجُگ کے موجُودہ حالات کے مُوافق بھی نہیں ہے۔ ہر یُگ یا زمانے کا اپنا اپنا آئین یا دستُور یعنی طریقِ عبادت ہوتا ہے۔ ست یُگ یا تریتا یُگ میں رائج رِیاضت، یا اپنائے جانے والے عِبادت کے طَور طریقے کلجُگ میں کارگر نہیں ہو سکتے۔ کیونکہ اُن یُگوں میں اِنسان کی عُمر بہُت لمبی اور بسر اوقات کے لئے جدو جہد برائے نام ہُوا کرتی تھی۔ آبادی بہُت کم تھی اور روز مرہ کے کھانے پینے کی اشیا زمین سے باآسانی فراہم ہو جاتی تھیں۔ اِس کے علاوہ لوگوں کی صحت بھی اچھی تھی۔ اور وہ اعلیٰ اخلاق اور چال چلن کے پابند ہُوا کرتے تھے۔ کیا آج کل کے نوجوان پرانا یام، دھوتی، نیتی، وستی اور یوگ وغیرہ جیسی مُشکل نِشستوں اور طریقِ عمل پر کاربند ہو سکیں گے؟ اور اگر وہ اُنہیں اپنا بھی لیں تو اِس کے لئے بہُت لمبے عرصے کی ضرورت ہے۔ اور پھر یہ سب کُچھ کر لینے پر بھی وہ بالآخر کہاں تک رسائی کر پائیں گے؟ زیادہ سے زیادہ تیسرے تِل (نُقطۂ سویدا) تک۔ اِس سے آگے نہیں — نہیں، میرے دوستو! ہمارا آج کا دَور ریلوں، موٹر گاڑیوں اور ہوائی جہازوں کا جدید ترین دَور ہے۔ آج ہمیں آمد و رفت کے پُرانے ذرائع کو خیرباد کہنا ہو گا۔

سنتوں مہاتماؤں کا راستہ 'سُرت شبد یوگ' کا راستہ ہے۔ اِیران کے فُقرائے کامِل اِسے سُلطان الاذکار کہتے ہیں۔ یہی اُپنشدوں کا 'اناہت مارگ' ہے۔ یہ عمل نہایت قُدرتی، آسان اور بے ضرر ہے۔ اِس کے شغل کیلئے نہ تو گھر بار

چھوڑ کر سنیاس اِختیار کرنے کی ضرورت ہے اور نہ ہی اپنا رہن سہن یا لباس بدلنے کی ضرورت صرف اِتنی ہے کہ اپنے روزمرّہ کے تمام کام کاج پہلے کی طرح سرانجام دیتے ہوئے ہر روز تھوڑا بہت وقت رُوحانی شغل کے لئے بھی وقف کیا جائے۔ کیونکہ خُدا کی عِبادت اور اُس سے وِصال ہی اِنسانی زِندگی کا فرضِ اوّلین ہے۔

مُرشِدِ کامل بیعت (نام دان) کرتے وقت بھجن سمرن (رُوحانی شغل) کا طریقہ بتا دیتے ہیں۔ وہ ہمیں جسم کے نَو دروازوں سے اپنے خیال کو سمیٹ کر تیسرے تل کے راستے دس دروازوں والے اس محل میں داخل ہونے کا طریقہ سمجھا دیتے ہیں۔ تیسرے تل یعنی نُقطۂ سویدا پر دِن رات شبد (کلمہ) گُونج رہا ہے۔ وہ میٹھی سے میٹھی، سُریلی سے سُریلی آواز سیدھی خُدا کے گھر سے آ رہی ہے۔ مُرشِد کی ہدایت کے مُطابق رُوحانی شغل کے ذریعے اپنے آپ کو اُس آواز، شبد دُھن (کلمۂ الٰہی) کے ساتھ جوڑ کر ہم بھی اُس کے منبع پر پہنچ جائیں گے۔ یہی فُقرائے کامل کی تعلیم کا لُبِّ لُباب ہے۔ کوئی خُوش نصیب اِنسان ہی سچے ستگُورو کی پناہ میں آسکتا ہے۔

اکثر سُننے میں آتا ہے کہ ڈاکٹروں نے ہزاروں جسموں کی چیر پھاڑ کی ہے لیکن کسی کو بھی کسی کے اندر کھنڈ برہمنڈ (رُوحانی مقامات) یا سچ کھنڈ (مقامِ حق) نہیں مِلا۔ اِس کا جواب یہ ہے کہ یہ مقامات نہ تو ڈاکٹروں اور سائنس دانوں کے اوزاروں کے ذریعے پائے جا سکتے ہیں اور نہ ہی کثیف حواسِ خمسہ کی مدد سے اِنہیں محسُوس کیا جاسکتا ہے۔ یہ تو نفس (من) کے پردے کے پیچھے پوشیدہ رکھے گئے ہیں۔ جب ہم مُرشد کی تعلیم پر عمل کرتے ہوئے اُس کی ہدایت کے مُطابق رُوحانی شغل کے ذریعے پاک صاف ہو جاتے ہیں اور نفس کا حجاب اُٹھ جاتا ہے تو خُدا کا دِیدار کر سکتے ہیں۔ خُدا کے دِیدار کے لئے ہمیں اپنے باطن کی گہرائیوں میں اُترنا ہوگا اور راہِ حق میں حائل کثیف، لطیف، لطیفُ اللطیف اور پاک

رُوحانی طبقات کو عبُور کرنا ہوگا۔ تب کہیں جا کر ہمیں اُس اعلیٰ مقام، مقامِ حق میں رسائی نصیب ہوگی جہاں خُدا رہتا ہے۔ بارگاہِ الٰہی میں پہنچنے کا طریقہ اور راستے کا راز ہمیں مُرشدِ کامل سے ملتا ہے۔

سنت مہاتما ہمیں بتاتے ہیں کہ کس طرح ہم نفس اور رُوح کو سارے جسم میں سے سمیٹ کر تیسرے تِل (نُقطۂ سویدا) پر یکسُو کر کے شبد (کلمہ) یا اُس کلامِ الٰہی کے ساتھ جوڑ سکتے ہیں۔ یہ شبد (کلمہ) ہی کُل کائینات ــــ اندرُونی اور باہری ــــ کا خالق ہے۔ اِسے کئی ناموں سے پُکارا گیا ہے۔ ہم اِس کو سُن سکتے ہیں۔ اِس لئے اِسے شبد (کلمہ) یا 'شبد دُھن' کہا جاتا ہے۔ بائیبل میں اِسے ورڈ (WORD) یا لوگاس (LOGOS) کے نام سے بیان کیا گیا ہے ــــ گورُو گرنتھ صاحب میں اِسے 'شبد'، 'شبد دُھن'، 'نام'، 'حُکم'، 'امر'، 'اکتھ کتھا' اور دیگر کئی ناموں سے یاد کیا گیا ہے۔ قرآن شریف میں اِس کے لئے 'کُن' یا 'کلمہ' ویدوں میں 'ناد' اور اُپنشدوں میں 'اناہت' کے لفظ اِستعمال کئے گئے ہیں۔ بائیبل میں آیا ہے "اِبتدا میں کلام (شبد) تھا اور کلام (شبد) خُدا کے ساتھ تھا۔ اور کلام خُدا تھا۔ یہی شرُوع میں خُدا کے ساتھ تھا۔ سب اشیاء اِس کے وسیلہ سے پیدا ہُوئیں اور جو کُچھ پیدا ہُوا ہے اُس میں سے کوئی چیز بھی اِس کے بغیر پیدا نہیں ہُوئی۔"

(یوحنّا 1: 1-3)

سوامی جی مہاراج کہتے ہیں "شبد نے رَچی تِرلوکی ساری" گورُو امر داس جی کہتے ہیں کہ کائینات کی تخلیق اور فنا 'شبد' کے ذریعے ہی ہوتی ہے اور فنا کے بعد شبد کی بدولت ہی یہ پھر وجُود میں آتی ہے۔

اُتپت پرلو سبدے ہووے ، سبدے ہی پھر اوپت ہووے

(آدگرنتھ، ص 117)

گورُو نانک دیو جی کا فرمان ہے کہ زمین اور آسمان شبد کے ذریعے ہی وجُود

میں آئے ہیں۔ شبد نے ہی سب کچھ پیدا کیا ہے۔

سبدے دھرتی سبدے آکاش، سبدے سبد بھیا پرگاس
سگلی سرِسٹ سبد کے پاچھے، نانک سبد گھٹے گھٹ آچھے

(جنم ساکھی ص ۱۹)

شبد ہی کائینات کی تخلیق، پرورِش اور فنا کا مُوجب ہے۔ گورُو گرنتھ صاحب میں اِسے 'شبد'، 'انحد'، 'اناہت'، 'سَت'، 'سہج'، 'بانی'، 'گورُبانی'، 'دُھر کی بانی'، 'سچّی بانی'، 'حُکم'، کہا گیا ہے۔ گورُو صاحبان نے اِسے 'امرت' (آبِ حیات) بھی کہا ہے۔ کیونکہ جو بھی اِسے پیتا ہے، لافانی ہو جاتا ہے۔ رِشی مُنی اِسے 'رام دُھن'، 'آکاش بانی'، 'کیرتن'، وغیرہ کہتے ہیں۔ مُسلمان فُقرا نے اِسے 'بانگ'، 'نِدائے آسمانی'، 'صَوت'، وغیرہ ناموں سے پُکارا ہے۔ سنتوں مہاتماؤں کی بانی میں ہمیشہ شبد (کلمہ) یا گورُو (مُرشد) کی ہی صِفت وثنا کی جاتی ہے۔ درحقیقت یہ دونوں ایک ہی ہیں۔

کُل کائینات کو بنانے والا ایک ہی ہے، دو نہیں۔ قُدرت کی حِکمتِ عملی اور نظام کے پسِ منظر ایک ہی طاقت کام کر رہی ہے۔ پرماتما خُود ہی 'برہمنڈ' (عالمِ کبیر) اور 'پنڈ' (عالمِ صغیر) کو پیدا کرنے والا ہے اور وہ ہر ایک کے اندر مُقیم ہے۔ وہ خُود ہی ہمیں اپنی کھوج میں لگاتا ہے۔ اور خُود ہی اپنی سُوجھ بُوجھ، پتہ اور پہچان دیتا ہے۔ چُونکہ وہ دِکھائی نہیں دیتا اِس لئے وہ ہمیشہ اِنسانی لباس کو وسیلہ بنا کر لوگوں کو تعلیم دیتا ہے۔ دراصل وہ قادرِ مُطلق اِنسانی قالِب اختیار کرتا ہے۔ دُکھی اور مُصیبت زدہ لوگوں کے رنج و اَلم کو دُور کرنے کیلئے دُنیا میں ظہُور پذیر ہوتا ہے۔ وہ ہمیشہ گورُو (مُرشد) کی صُورت میں ہمارے سامنے رُوحوں کو شبد یا کلمے کی ڈور سے باندھ کر اپنے ساتھ مِلانے کیلئے آتا ہے۔ وہ خُدا ہمارے اندر ہے۔ وہ ہمارے نزدیک سے نزدیک تر ہے۔ اُس کا

تخت ہمارے اندر ہے۔ لیکن ہم اُس کی تلاش میں باہر بھٹک رہے ہیں۔ وہ اِس لئے ہم سے دُور ہے کیونکہ ہم اپنے اندر رجُوع نہیں کرتے۔ اِس لئے میرے دوستو! اگر آپ کے دِل میں خُدا کی محبت ہے اور اُس سے وصال کی سچی تمنا اور تڑپ ہے تو کسی کامل مہاتما کی صحبت میں جاؤ، اُس کی پناہ لو اور اُس کے بتائے ہُوئے راستہ پر پُوری لگن کے ساتھ چلو۔ وہ مہاتما آپ کو خُدا کا رُوبرُو دیدار کروا دے گا۔

ہم دُنیا دار لوگ ہیں اِس لئے ہمیشہ کِسی دوست، رِشتے دار وغیرہ کی صُحبت چاہتے ہیں لیکن سچّا سکُون، سچّی تسکین کِسی کامل مہاتما کی صحبت میں ہی مِل سکتی ہے۔ فقط ایسا مُرشدِ کامل ہی ہمیں سکُون اور سرُور کے سرچشمہ اُس خُدا سے مِلا کر ہمارے دُکھوں، مُصیبتوں اور پریشانیوں کا خاتمہ کر سکتا ہے۔ ہر یُگ میں وہ خُدا فُقرائے کامل کے بھیس میں ظہُور پذیر ہوتا آیا ہے۔ ایسے سنت مہاتما سچّی رُوحانیت اور وصالِ حق کا راستہ دِکھاتے ہیں۔ فُقرائے کامل اِس مادّی دُنیا کے سازوسامان کے لگاؤ سے بے نیاز ہوتے ہیں۔ وہ اِس دُنیا میں اِس طرح رہتے ہیں جیسے مُرغابی پانی میں رہتی ہے۔ مُرغابی ہمیشہ پانی میں رہتی ہُوئی زِندگی گزارتی ہے اور پھر جب چاہے سُوکھے پَروں سے اُڑ جاتی ہے۔ اُسی طرح سنت مہاتما اِس دُنیا میں بسر اوقات کرتے ہیں۔ لیکن اِس کی کدُورت (گندگی) اُنہیں چھُو نہیں سکتی۔ سب کام کاج کرتے ہُوئے بھی اُن کی رُوح ہمیشہ پرماتما کے ساتھ جُڑی رہتی ہے۔

گورُو رام داس جی فرماتے ہیں:

میرے ٹھاکُر کے جن الپت ہے مُنکتر جیوں مُرغائی پنک نہ بھیجے

(آدگرنتھ، ص 1324)

کِسی کو کچھ پتہ نہیں کہ کب اُس نے یہاں سے کوچ کر جانا ہے۔ کون

کہہ سکتا ہے کہ کب اُسے موت دبوچ لے گی۔ موت چھوٹے بڑے میں اِمتیاز نہیں کرتی۔ بچّے، بوڑھے، جوان کسی کی بھی کسی وقت موت واقع ہو سکتی ہے۔ ہمیں بھولنا نہیں چاہیئے کہ یہ وجُود ہمیشہ قائم رہنے والا نہیں ہے۔ اِس لئے ہمیں اِس جنم میں اِس اِنسانی جامے کا جلدی سے جلدی اور زیادہ سے زیادہ فائدہ اُٹھا لینا چاہیئے۔ ہمارے باطن میں پربھو کے محل، یعنی بارگاہِ الٰہی کا دروازہ' نُقطۂ سویدا' (تیسرا تِل) ہے۔ اِس دروازے میں داخل ہو کر ہمیں ربّی کلمے یا شبد دُھن کے ساتھ جو ہر دَم یہاں سے آ رہی ہے، وابستہ ہو جانا چاہیئے۔ اِس کلمے (شبد) کے شغل سے دِل میں خُدا کے لئے حقیقی عِشق پیدا ہو جاتا ہے۔ یہ اِنسانی جِسم، یہ جوانی، یہ سانس ہمیشہ قائم رہنے والے نہیں ہیں۔ اِس لئے انسانی جامے کا یہ سُنہری موقع جو ہمیں اب مِلا ہُوا ہے اسے فضُول ضائع نہ کرتے ہُوئے اِس کا صحیح اور مُناسب اِستعمال کرنا چاہیئے۔ کِسی سنت مہاتما کی پناہ لے کر سچّے نام یا شبد سے وابستہ ہو جانا چاہیئے۔ یہ شبد (کلمہ) دِن رات ہمیں اپنی جانب بُلا رہا ہے۔ اِس شبد کی آواز کو پکڑ کر خُدا سے وِصال کر لینا ہی فُقرائے کامل کی تعلیم کا لُبِّ لُباب ہے۔

فقط شبد (کلمہ) ہی حقیقی یا لافانی طاقت ہے۔ باقی سب کچھ کُفر اور فانی ہے۔ تمام طبقات، یہ دُنیا اِس کی سلطنتیں اور حاکم فنا پذیر ہیں۔ اِس لئے اگر ہم اِس جُھوٹی دُنیا اور اِس کے جُھوٹے ناپائیدار ساز و سامان کی محبّت میں پھنسے رہیں گے تو آئندہ جنم میں اِن کے بندھن میں جکڑے رہیں گے۔ اِس لئے مُناسب ہے کہ ہم اپنا خیال دُنیاوی ساز و سامان کے لگاؤ میں سے نِکال کر اندر شبد (کلمہ) کے ساتھ جوڑیں جو لافانی ہے اور ابدی سکُون کا سرچشمہ ہے۔ نفس اور اُس کی چالوں سے ہمیشہ ہوشیار رہنا چاہیئے۔ جو لوگ نفس (من) کے کہنے پر چلتے ہیں وہ مادیّت کی دَلدل میں غلطاں، ابدی سکون سے محرُوم ہمیشہ دُکھی اور تڑپتے رہتے ہیں۔ ایسے لوگوں کے رنج و الم اور مُصیبتوں کی کوئی اِنتہا نہیں ہوتی۔ اِس بات

کی گواہی ایسے بے شُمار لوگوں سے ہر روز موصُول ہونے والے خُطوط سے مِلتی ہے جو کہتے ہیں کہ وہ زندگی سے بہُت تنگ آچکے ہیں اور خُودکُشی تک کی بات سوچتے ہیں۔ لیکن یہ بُزدلوں کا کام ہے۔ خُودکُشی کر لینے سے دُکھوں سے نجات نہیں مِل جاتی بلکہ یہ ایک ایسا سنگین گُناہ ہے جس کی سزا بُھگتنی پڑتی ہے۔ ہمارے دُکھوں کا عِلاج ہمارے اندر ہے۔ خُودکُشی سے کبھی سکُون و چَین حاصِل نہیں ہوگا۔ اگر مُرشِد سے پیار ہے تو کبھی خواب میں بھی خُودکُشی کا خیال دِل میں نہیں آنا چاہیئے۔ خُودکُشی کرنے والا سیدھا دوزخ میں جاتا ہے، جہاں اُسے لا بیان دُکھ سہنے پڑتے ہیں۔ اِس لئے خُودکُشی کے بارے میں تو کبھی خواب میں بھی نہیں سوچنا چاہیئے۔ اگر موت سے ہی دُکھوں اور مُصیبتوں سے چُھٹکارا ممکن ہوتا تو اِس سے زیادہ آسان اور سستا سودا کیا ہوسکتا ہے؟ لیکن نہیں، ایسا کرنے سے جو دُکھ موت کے بعد سہنے پڑیں گے وہ ہمارے موجُودہ دُکھوں کی بہ نسبت کہیں زیادہ تکلیف دِہ اور پریشان کُن ہوں گے۔ گورُو نانک دیو جی کا قول ہے: "نانک دُکھیا سب سنسار"
(آدگرنتھ، ص 954)

سوامی جی مہاراج سمجھاتے ہیں کہ ہم لوہے کی مضبُوط بیڑیوں میں جکڑے ہُوئے ہیں۔ پہلا بندھن وجُود (جسم) کا ہے، جو ہمیں زمان و مکاں کی حد کے اندر مُقیّد رکھتا ہے۔ دُوسرا بندھن بیوی کا ہے۔ شادی ہوجانے کے بعد خاندان بڑھنے سے بندھن میں بھی اِضافہ ہوتا ہے۔ تیسرا بندھن بیٹے بیٹیاں اور چوتھا بندھن رِشتے ناطے ہیں۔ جیسے جیسے یہ زنجیر لمبی ہوتی جاتی ہے، ویسے ویسے یہ بندھن مضبُوط ہوتے جاتے ہیں۔ ہماری بیماریاں اور دِماغی اُلجھنیں اور بھی زیادہ پریشانی کا سبب بن جاتی ہیں۔ اِن کے عِلاوہ بیٹے بیٹیوں اور پوتے پوتیوں کے دُکھوں اور تکلیفوں سے ہمارے رنج و اَلم میں اِضافہ ہوتا چلا جاتا ہے۔ یہ سب دُکھ اور مُصیبتیں ایک لمبے خوف ناک خواب کی صُورت اِختیار کر لیتی ہے۔ اِس طرح ہمارا

اِس دُنیا کے ساتھ لگاؤ بڑھ جاتا ہے جو ہمارے بار بار جنم لینے کا سبب بن جاتا ہے۔

بندھے تُم گاڑھے بندھن آن۔ ٹیک۔

پہلے بندھن پڑا دیہہ کا دُوسر تریا جان

تیسر بندھن پُتر بچاور چوتھا ناتی مان

ناتی کے کہیں ناتی ہووے پھر کہو کون ٹھکان

دھن سمپتّی اور ہاٹ حویلی یہ بندھن کیا کرُوں بکھان

چولڑ پچلڑ ستلڑ رسری باندھ لیا اب بہو بدھی تان

کیسے چھوٹن ہوئے تُمہارا گھِرے کھونٹے گرڈے زندان

(سار بچن، بچن ۲۵، شبد 7)

یہ اٹل قانون ہے کہ ' جہاں آسا تہاں باسا ' قُدرت ہماری ہر خواہش کو پُورا کرتی ہے۔ اور خواہشات کی تکمیل کے لئے ہمیں طرح طرح کی جُونوں میں جنم لینا پڑتا ہے۔ لیکن اگر ہم اپنی رُوح کو نام (کلمہ) کے ساتھ جوڑ دیں اور اِس رُوحانی رشتے کو پُختہ کر لیں تو ہمیں دوبارہ دُنیا میں نہیں آنا پڑے گا۔ جو لوگ اِس دُنیا کے پیار میں پھنسے ہوئے ہیں اُنہیں اِس دُنیا کے دُکھ سُکھ بھوگنے کیلئے بار بار یہاں آنا پڑتا ہے۔ اِس کے برعکس جو اِنسان کسی کامل مہاتما سے طریقۂ عِبادت حاصِل کر کے شبد یعنی کلمے میں جذب (لین) ہو جاتے ہیں، وہ چوراسی یعنی سِلسلۂ تناسُخ (جنم مرن کے چکّر) سے ہمیشہ کے لئے نجات پا کر خُدا میں سما جاتے ہیں۔

نام کے ساتھ وابستہ ہونے کے لئے نفسانی کمزوریوں — کام، کرودھ، لوبھ، موہ، اہنکار سے چھُٹکارا پانا لازمی ہے۔ کیونکہ یہ رُوح کو نیچے کی جانب گراتے ہیں اور باہر دُنیا میں پھیلا دیتے ہیں۔ اِن بُرائیوں کے سبب ہی ہماری رُوح روزِ ازل سے باہر بھٹک رہی ہے۔ ہمیں خُدا سے مِلاپ کا صحیح راستہ

نہیں مِلا، بلکہ غلط اور اُلٹے راستوں پر چل کر ہم اپنے اصل گھر مقامِ حق (سچ کھنڈ) سے دُور ہو گئے ہیں۔ ہم ہمیشہ اُس لافانی کلمے یعنی شبد میں سما کر ہی ازلی مقام (امر پد) حاصل کر سکتے ہیں ورنہ مَوت کے بعد ہمیں ایسی جُونیوں میں جنم لینا پڑے گا جن میں ہم اپنی نامکمّل خواہشات کو پُورا کر سکیں۔ اور اِس طرح چوراسی کا سلسلۂ تناسُخ جاری رہے گا۔

رُوح لافانی ہے اور خُدا کا جزو ہونے کے ناطے گویا راجکُماری ہے۔ یہ تب تک دُکھی ہے جب تک نفس کے تابع ہے۔ شیطان نفس سے وابستگی کے سبب یہ راجکُماری غُلام بنی ہُوئی ہے۔ اِسے نفس کے پھندے سے آزاد کرنے کے لئے شبد یعنی کلمے کے ساتھ جوڑنا لازمی ہے۔ آؤ اپنے باطن میں داخل ہو جائیں اور رُوح کو شبد کے ساتھ جوڑ کر جنم مَرن کے چکّر سے آزاد ہو جائیں۔ اِس طرح ہمیں نجات اور ابدی سکُون مِل جائے گا۔

مندرجہ بالا تعلیم کا لُبِّ لُباب

1. سنت مہاتما وہ عظیم ہستیاں ہیں جو رُوحانیت کی آخری منزل تک رسائی کر کے خُدا کی ذاتِ پاک میں سما چکی ہیں۔
2. اِنکساری فقط فُقرائے کامل میں ہی پائی جاتی ہے۔
3. تمام سنتوں، مہاتماؤں کی تعلیم یکساں ہے اور وہ یہ ہے:

I. یہ کائینات اپنے آپ ہی وجُود میں نہیں آئی اِسکا پیدا کرنیوالا کوئی ضرُور ہے۔ اور وہ ہے مالکِ کُل۔

II. رُوح خُدا کا جزو اور بحرِ حق کی ایک بُوند ہے۔ لیکن اُس سے لمبی جُدائی کے سبب یہ اپنی اصل کو بالکُل بھُول چُکی ہے۔ یہ جُدائی ہی اِس کے تمام دُکھوں اور مُصیبتوں کا سبب

ہے۔ اِس کے تمام رنج والم سے نجات کا فقط یہی ایک ذریعہ ہے کہ یہ واپس جاکر اپنی اصل میں سما جائے۔

III. وہ کُل مالک پرماتما ہم سب کے اندر ہے۔ فقط اِنسانی قالِب میں ہی اُس سے وِصال کیا جاسکتا ہے۔

IV. اِنسانی وجُود میں وہ مقام جہاں اُس کی کھوج کی جاسکتی ہے آنکھوں سے اُوپر ہے، جسے تیسرا تِل یا نقطۂ سویدا بھی کہتے ہیں۔

V. مُرشدِ کامل کے وسیلے کے بغیر خُدا سے وِصال نہیں ہو سکتا۔

4. سنت مہاتما (فُقرائے کامل) خُدا سے وِصال کے لئے 'سُرت شبد یوگ' کے شغل کی تلقین کرتے ہیں۔ جس کے ذریعے توجہ کو جسم میں سے سمیٹ کر آنکھوں کے مرکز پر یکسُو کر کے باطن میں شبد دُھن (کلامِ الٰہی) کے ساتھ وابستہ کیا جاتا ہے۔

5. درویشانِ حق ہدایت کرتے ہیں کہ دُنیا میں رہتے ہُوئے دُنیا سے بے نیاز رہو۔

6. اِس دُنیا میں جو کُچھ بھی دِکھائی دیتا ہے، سب فنا پذیر ہے۔ فقط خُدا ہی حقیقت! قائم اور دائم ہے۔ اپنے اندر رجُوع کرو۔ اپنی رُوح کو نام (کلمہ) کے ساتھ جوڑ کر چوراسی کے چکّر (سلسلۂ تناسُخ) سے ہمیشہ ہمیشہ کے لئے نجات حاصِل کرلو۔

گورمت یا درویشانِ حق کا راستہ

اِس دُنیا میں ہمارے سامنے دو راستے کھُلے ہیں۔ بہت سے لوگ اپنے نفس (من) کے تابع ہو کر چلتے ہیں، جِسے من مت یا نفسانی زِندگی کہتے ہیں۔ کچھ لوگ ایسے بھی ہیں جو گورو یا مُرشد کی ہِدایت کے مُطابق بسر اوقات کرتے ہیں خُدا سے وِصال کی کوشش میں لگے رہتے ہیں۔ سالِک کا راہِ حق پر گامزن ہونا ہی گورمت یا سنت مت کہلاتا ہے۔ اپنی اپنی سوچ کے مُطابق ہر انسان گورمت یعنی مُرشد کی بتائی ہوئی راہ پر چلنے کا دعوےٰ کرتا ہے۔

سِکھ بھائی اِس دعوے کی دلیل اِس بُنیاد پر پیش کرتے ہیں کہ اُنھوں نے پانچ ظاہری نشانیاں دھارن کر رکھی ہیں۔ یہ پانچ ککار (کچھا، کڑا، کرپان، کنگھا اور کیش) اپنے آپ کو گورو کا سِکھ کہلانے کی شرطِ اوّلین مانی جاتی ہے۔

مُسلمان بھائیوں کا خیال ہے کہ اِسلامی دستور کے مُطابق کلمہ، نماز، روزہ (رمضان کے مہینے تیسوں دِن سورج نکلنے سے غروب ہونے تک فاقہ کرنا) حج، زکوٰۃ (اپنی کمائی کا مقصود حِصّہ خیرات میں دینا) ہی گورمت یا فُقراءِ کامل کا راستہ ہے۔

اِسی طرح ہندوؤں کا اعتقاد ہے کہ شِکھا (سر کی چوٹی پر بالوں کا گچھا) سوت

(پاک دھاگا یعنی جنیئو) پہننا ، سندھیا ، ہوَن وغیرہ کھٹ کرموں کو ہی گورُ مَت کہتے ہیں۔

کچھ لوگ مُورتی پوُجا، مُقدس مقامات کی زیارت، اور تالابوں میں غُسل کرنے کو ہی گورُ مَت تسلیم کرتے ہیں۔ کئی لوگ گیتا کا پاٹھ، گائیتری جاپ، رامائن یا دیگر دھرم گرنتھوں کے مُطالعہ کو ہی گورُومَت سمجھتے ہیں۔ اِس کے علاوہ کچھ ایسے لوگ بھی ہیں جو برَت (فاقہ کشی)، برہمچریہ، ہٹھ کرم اور اخلاقی سادگی اختیار کر لینے کو ہی پرماتما کے مِلاپ کا صحیح راستہ خیال کرتے ہیں۔ یوگی لوگ پرانا یام (حبسِ دم)، دھوتی، نیتی اور وستی جیسے اعمال کو ہی پرمیشور سے مِلاپ کی راہ مانتے ہیں۔ عیسائی لوگ حضرت عیسیٰ کو ہر دَور کا مسیحا مان کر 'بپتسمہ' (BAPTISM) و دیگر شرعی رسُوم کی پابندی کو ہی گورُمَت یا راہِ حق تسلیم کرتے ہیں۔ مُختصراً سب لوگ کِسی نہ کِسی قِسم کے اعمال یا مذہبی رِوایتوں کے قائل ہونے کے ناطے یہ دعویٰ کرتے ہیں کہ وہ درویشانِ حق کی تعلیم کے سچّے پیروکار ہیں۔ اِس لئے یہ امر نہایت غور طلب ہے کہ 'گورُمَت' یا سچّی مُریدی کِسے کہتے ہیں۔

رُوحانیت کا یہ قاعدہ ہے کہ مُرید اپنے مُرشد کے رُوحانی علم اور فوقیت سے زیادہ کچھ بھی حاصِل نہیں کر سکتا۔ وہ راہِ حق پر اپنے راہنُما سے آگے نہیں جا سکتا۔ لیکن یہاں تو قدم قدم پر ہمیں کتنے ہی گورُو مِلتے ہیں۔ دراصل اِس دُنیا میں جتنے مُرید ہیں اُن سے کہیں زیادہ لوگ برائے نام 'گورُو' ہونے کا دعویٰ کرتے ہیں۔ کبیر صاحب کا قول ہے کہ رُوحانیت میں ترقّی مُرشد کی اپنی ذاتی رُوحانی رسائی پر مُنحصر ہے۔ اور مُرشدِ کامِل کا مِلاپ بڑی خُوش نصیبی سے ہوتا ہے۔

گوُرُوٗ گوُرُوٗ میں بھید ہے، گوُرُو گوُرُو میں بھاو
سو گوُرُوٗ نِت بندیئے جو شبد بتاوے داو

(کبیر ساکھی سنگرہ، حصہ اوّل، ص 12)

چُونکہ دُنیا کئی قسم کے گوُرُوؤں سے بھری پڑی ہے، اِس لئے قُدرتی طَور پر سوال اُٹھتا ہے کہ سچّے گوُرُو (مُرشدِ کامِل) کی کھوج کیسے کی جائے؟ سبھی سنت مہاتما اور مذہبی کِتابیں سچّے گوُرُو کی تلاش کرنے کے لئے کہتی ہیں۔ گوُرُو صاحبان کی شری گوُرُو گرنتھ صاحب اور دِیگر فُقرا، جیسے کبیر صاحب، پلٹُو صاحب، دادُو صاحب وغیرہ دوُسرے سنتوں کی بانی میں بھی اِسی بات پر زور دِیا گیا ہے۔ علاوہ ازیں مُسلمان فقرائے کامِل جیسے کہ مَولانا رُوم، شمس تبریز، اور خواجہ حافِظ وغیرہ سب نے اپنے کلام میں سچّے گوُرُو یعنی مُرشدِ کامِل کی اشد ضرُورت پر سخت زور دِیا ہے۔ مُرشدِ کامِل کے بغیر تو کُچھ اِس طرح ہے جیسے ایک اندھا دُوسرے اندھے کو راستہ دِکھانے کی کوشش کرے۔

کبیر صاحب خبردار کرتے ہیں:

جاکا گوُرُو آندھرا، چیلہ نِپٹ نِرندھ
اندھے اندھا ٹھیلیا، دوؤ کوُپ پرنت

(کبیر ساکھی سنگرہ، حصہ اوّل، ص 12)

گوُرُو نانک دیوجی کا فرمان ہے:

گوُرُو جِنا کا اندھلا، چیلے ناہی ٹھاؤ

(آد گرنتھ، ص 58)

اِس لئے راہِ حق پر گامزن ہونے کے لئے سب سے پہلے ضرُورت یہ ہے کہ کِسی کامِل مُرشد کی تلاش کی جائے۔ جب کِسی کامِل مُرشد سے مِلاپ ہوگا تو وہ سمجھائیں گے کہ خُدا ہمارے اندر ہے اور جس کو اِس اِنسانی قالب کے اندر

خُدا کا دِیدار نہیں ہوتا اُسے باہر بھی کہیں نہیں ہوسکتا۔ ہمارا جسم خُدا کا حقیقی گھر یعنی "زِندہ پرماتما کا مندر ہے" جو لوگ خُدا کو باہر تلاش کرتے ہیں وہ شکوک و شبُہات میں مُبتلا بھٹک رہے ہیں۔

اِنسانی وجُود کے اندر بھی خُدا سے مِلاپ نِچلے چھ چکروں میں نہیں ہوسکتا جیسا کہ یوگی لوگ سمجھتے ہیں۔ خُدا کو نُقطۂ سویدا (تیسرا تِل) کے اُوپر ہی پایا جاسکتا ہے۔ جِس کا طریقہ فقط مرشدِ کامِل ہی سے مِل سکتا ہے۔

رُوح جب تک نفس اور حواسِ خمسہ کی حد سے اُوپر اُٹھ کر برہم، پار برہم یعنی بالائی رُوحانی طبقات کو عبوُر نہیں کرلیتی، صحیح معنوں میں 'گورمت' (درویشانِ حق کی تعلیم) سمجھ میں نہیں آسکتی۔ مُرشدِ کامِل ہمیں رُوحانی راہ پر گامزن ہونے کا طریقہ بتاتا ہے کہ کِس طرح اپنے وجُود کو خالی کرکے دسویں دروازے میں داخِل ہونا ہے۔

'گورمت' ایک لاجواب اور نہایت خُوشگوار راستہ ہے۔ اِس جیسا کوئی دُوسرا راستہ نہیں ہے۔ جب مُرشد کی ہدایت پر عمل کرتے ہُوئے رُوح اور نفس کی رَو وجُود کے نَو دروازوں کو خالی کرکے دونوں آنکھوں کے درمیان تیسرے تِل نُقطۂ سویدا پر مرکُوز ہوجاتی ہے۔ تو 'گورمت' کا آغاز ہوجاتا ہے۔ یہ نُقطہ خُدا کی بارگاہ کا دروازہ ہے۔ جِس کے بارے میں حضرت عیسیٰؑ فرماتے ہیں کہ دروازہ کھٹکھٹاؤ اور وہ کُھل جائے گا۔ سَنت مہاتما ہدایت کرتے ہیں کہ اس دروازے پر دستک دینے سے مُراد یہ ہے کہ جِسم کے نَو دروازوں سے خیال کو پُوری طرح سمیٹ آنکھوں کے مرکز پر یکسُو کیا جائے۔ جب ہم اپنے نفس اور رُوح کو آنکھوں کے مرکز سے نیچے پھیلنے دیتے ہیں تو دراصل ہم اُنہیں باہر بھٹکنے اور اپنے قیمتی وقت کو برباد کرنے کی اِجازت دیتے ہیں۔

رُوحانی شغل کے ذریعے جب رُوح اور نفس "اَشٹ دَل کنول" (آٹھ پنکھڑیوں

والے کنول) یعنی تیسرے تِل یا نُقطۂ سویدا پر یکسُو ہو جاتے ہیں۔تو ' آسمانی نغمہ' یعنی کلامِ الٰہی سُنائی دینے لگتا ہے جس کو ' اَنا ہت شبد' کہتے ہیں۔ بائیبل میں جس کو" ورڈ " یا " لوگاس" کہا گیا ہے۔ اِس طرح رُوح خُدا کی آواز کی جانب کھِنچنے لگتی ہے اور اُس کی باطن میں اُوپر کی طرف پرواز یا ترقی شُروع ہو جاتی ہے۔ لا اِنتہا خُوشیوں اور برکتوں کے بھنڈار اِس کے سامنے کُھلنے لگتے ہیں۔ برہمنڈ کے نظارے دِکھائی دینے لگتے ہیں۔ مُرشد کے فضل سے رُوح آبِ حیات پی کر حیاتِ جاوداں (دائمی زندگی) حاصِل کر لیتی ہے۔

رُوح پہلے اِس فانی دُنیا میں مادّیت اور نفسانی خواہشات کی آگ میں بیقرار ہو رہی تھی۔اب اپنے اصل جوہر سے آشنا، نام رُوپی آبِ حیات سے لُطف اندوز ہوتی ہے۔ ابدی سکُون اور دائمی سُکھ حاصِل کر لیتی ہے۔ یہ نفس جو جُگوں جُگا نتروں سے چوراسی کے چکّر (سلسلۂ تناسُخ) میں بھٹک رہا تھا ساکِن ہو جاتا ہے۔ اُسے اپنے اصل کی پہچان ہونے لگتی ہے کہ وہ دراصل برہم کا جزو ہے۔ اِس کے بعد یہ حواس کے عارضی سُکھوں کو ترک کر کے شبد دُھن (کلمۂ الٰہی) کے دائمی سرُور سے سرشار ہونے لگتا ہے۔ جِس کی لابیان لذّت ہی اِس دُنیا کے لگاؤ سے نجات دِلوانے کا واحد ذریعہ ہے۔

پہلے حالت یہ تھی کہ گھر کا مالِک سویا ہُوا تھا۔اور گھر پانچ چوروں ــــ کام ، کرودھ ، لوبھ ، موہ ، اہنکار ــــ کے ہاتھوں لُٹ رہا تھا۔ اب حالت یہ ہے کہ گھر کا مالک جاگ اُٹھا ہے اور یہ پانچوں چور بھاگ گئے ہیں۔ حضُور مہاراج بابا ساون سنگھ جی فرمایا کرتے تھے کہ جب رُوح جاگ اُٹھتی ہے تو پانچوں چور چھوٹے چھوٹے لڑکوں کی شکل میں گھر کے مالک سے یہ کہتے ہُوئے جِسم سے باہر نِکل جاتے ہیں کہ اب یہاں فضا ناموافق ہے اور ہمارا یہاں گزارہ ناممکن ہے۔ کبیر صاحب بھی اِن پانچوں کو مار کر " نام " کے ساتھ جُڑ

جانے کا پیغام دیتے ہیں :

پانچوں لڑکے مارکے، رہے رام لو لائے

(آدگرنتھ ، ص 1368)

جب تک اِس اِنسانی وجُود نُما گھر پہ یہ پانچ دُشمن قابض ہیں رُوح اُن کی حراست میں ایک مجبُور اور لاچار قیدی کی حیثیت میں رہتی ہے۔ یہ دُشمن تبھی اِس کا پیچھا چھوڑتے ہیں جب گھر کی مالِک رُوح اُنہیں نکال دینے پر بضد ہو جاتی ہے۔ شبد (کلمہ) رُوح کے لئے حیاتِ جاوداں ہے۔ وہی آبِ حیات اِن پانچ دُشمنوں کے لئے زہر کا کام کرتا ہے۔ لہٰذا یہ سب عیوب بھاگ جاتے ہیں اور اُن کی جگہ بِالترتیب رُوحانی اَوصاف ظاہر ہونے لگتے ہیں۔ 'کام' کے چلے جانے سے "شِیل" مُراد (پاکدامنی) اُس کی جگہ لے لیتی "کرودھ" کی جگہ "معافی"، "لوبھ" کی جگہ "صبر" اور "اہنکار" کی جگہ "اِنکساری" آجاتی ہے۔ بیکار اور حقیر چیزوں کے پیچھے بھاگنے والا نفس، جس کی حرص اور ہَوس کی کوئی انتہا نہ تھی، اب پُرسکون اور مُطمئن ہو جاتا ہے۔ رُوح اِن تمام بندشوں سے آزاد ہو کر اپنے اصل گھر مقامِ حق کی جانِب رجُوع کرتی ہے۔ شبد یا نام کی آواز کو پکڑ کر اپنے مُرشد کے فضل و کرم سے مہینوں کے سفر کو دِنوں میں طے کرنے لگتی ہے۔ نفسانی خواہشات سے بھرپُور عالمِ فانی (دُنیا) بیگانہ مُلک اور باطن میں بالائی طبقات میں اپنا وطن دِکھائی دینے لگتا ہے۔

جب باطِن کے رُوحانی طبقات میں رُوح گھنٹے اور شنکھ کی آواز کو سُننے لگ جاتی ہے تو اِس کی تمام غلاظتیں دُور ہونی شرُوع ہو جاتی ہیں۔ اور اندر کا کنوَل جو اُلٹا پڑا تھا سیدھا ہو جاتا ہے۔ رُوح تیزی سے آگے بڑھتی ہے اور دُور سے "جیوتی" (نورِ حق) کی چمکتی ہُوئی شُعاعیں دِکھائی دینے لگتی ہیں۔ سہنس دل کنوَل (مقام اللہ) کا پھاٹک کھُل جاتا ہے۔ اِس کنوَل کی ایک ہزار (1000)

چنگھڑیاں ہیں، جس میں سے خدائی نور چمکتا ہے۔ یہ "گورمت" یعنی راہِ حق کی پہلی منزل ہے۔ جبکہ دنیا کے بیشتر مذاہب اِسے بالاترین اور آخری منزل تصوّر کرتے ہیں۔ یہ لطیف کائنات کے مالک "نرنجن" کا مقام ہے۔ یوگی بھی اِس سے آگے نہیں جاتے۔

سہنس دَل کنول یا سہنسرار سے آگے برہم کا دیش آتا ہے۔ برہم دُوسرے رُوحانی مقام 'ترکٹی' کا مالک ہے۔ یہ کائنات کی تخلیق، پرورِش اور فنا کرنے والا ہے۔ اِن دو طبقات کو جوڑنے والا ایک ٹیڑھا راستہ ہے، جسے بنک نال کہتے ہیں اِسے عبور کر کے ہی رُوح برہم دیش میں داخل ہوتی ہے۔ برہم لوک، ترکٹی، ہی نفس کی اصل قیام گاہ ہے۔ یہاں پہنچنے پر نفس کے تمام عیوب دُور ہو جاتے ہیں۔ یہ اپنے اصل میں سما جاتا ہے۔ رُوح اِس کے پنجے سے آزاد ہو جاتی ہے اور اکیلی ہی اُوپر کی جانب اپنا رُوحانی سفر شرُوع کرتی ہے۔

رُوح کو ایک بہت لمبے عرصے تک ترکٹی میں رُکنا پڑتا ہے۔ کیونکہ سنچت کرموں کا بھنڈار (بقایا اعمال کا سلسلہ) اِسی مقام پر ہوتا ہے۔ جب تک اِن اعمال کا حِساب بیباق نہیں ہو جاتا رُوح آگے نہیں جا سکتی۔ جس طرح گیہوں کے دانے نکالنے والی مشین (تھریشر مشین) اناج میں سے بھوسا، کنکر، مٹی وغیرہ نکال کر دانے الگ کر دیتی ہے، اُسی طرح 'ترکٹی' میں رُوح کی تمام کدُورتیں صاف کر دی جاتی ہیں۔

'ترکٹی' کے تین حِصّے ہیں۔ اِن میں سب سے اُونچا مقام 'گورو پد' کہلاتا ہے۔ اِس اعلےٰ مقام کی عظمت بیان سے باہر ہے۔ جیسے 'اجگر' دُور سے ہی اپنے شِکار کو اپنی طرف کھینچ لیتا ہے، ویسے ہی اِس مقام کا دِلکش نغمہ رُوح کو کھینچتا ہے۔

آگے' دسواں دُوار، یعنی پار برہم کا دیش ہے۔ اِس مقام پر 'کنگری' کی دُھن اُٹھ رہی ہے۔ جو ایک تار والا ساز ہے۔ یوگی لوگ اپنے پاس کنگری رکھتے ہیں، اور صبح اور شام کے وقت اُسے بجاتے ہیں۔ گورُو اَمرداس جی یوگیوں کو مُخاطِب کرتے ہُوئے کہتے ہیں کہ کنگری بھجن بندگی میں مددگار نہیں ہوسکتی۔ انحد شبد کی وہ کنگری بجاؤ جو رُوح کو پرماتما کی جانب کھینچتی ہے۔

ایسی کنگری وجائے جوگی
جت کنگری انحد واجے ہرسیو رہے لو لائے
اِت کنگری دھیان نہ لاگے جوگی نا سچ پلے پائے

(آدگرنتھ، ص 908)

اب رُوح مہامایا (گہری مادیت) کی حد کو عبُور کر چُکی ہے۔ نفس کے ساتھ بندھی اِس کی گانٹھ کُھل چکی ہے اور یہ تمام بندشوں سے آزاد ہو چُکی ہے۔ استھول (کثیف) سُوکشم (لطیف) اور کارن (لطیف اللطیف) تینوں پردے اُتر چُکے ہیں۔ رُوح کا اپنا نُور ظاہر ہوگیا ہے۔ یہاں پہنچ کر اس پر یہ راز کُھل جاتا ہے کہ وہ نہ تو جسم ہے اور نہ ہی نفس بلکہ اُس لافانی عظیم الشان خداوند کریم کے نُور کی ایک کِرن ہے۔

تمام بندشوں سے آزاد ہوکر رُوح اُوپر کی جانب پرواز کرتی ہُوئی چوتھے مقام پر پہنچتی ہے جس کو بھنور گُپھا یا گردابی گُپھا (مقامِ ہُوت الہُوت) کہتے ہیں یہ مقام سچ کھنڈ (مقامِ حق) کا دروازہ ہے۔ تیسرے اور چوتھے مقام کے درمیان 'مہاسُن' ہے جسے بھر کھنڈ کہتے ہیں۔ جو ظلمات کا مقام ہے اور جہاں گہری تاریکی چھائی رہتی ہے۔ اِس جگہ رُوح کی اپنی روشنی بارہ سُورجوں کے برابر ہے۔ اس کے باوجُود وہ اُس اندھیرے کو از خُود عبُور نہیں کرسکتی۔ فقط وہی ست گورُو (مُرشِدِ کامل) جس کی اپنی رسائی مقامِ حق تک ہو، اسے اِس

بحرِ ظُلمات سے باہر نِکال سکتا ہے۔ رُوح اپنے گُورو کے نُور کا سہارا لے کر ہی اِس تمر کھنڈ، گھٹا ٹوپ اندھیرے میدان کو عبُور کرتی ہے۔ سنسکرت زبان میں لفظ 'گُورو' کا مطلب ہے اندھیرے میں روشنی کرنے والا۔ بے شُمار ایسی رُوحیں جن کو کسی مُرشدِ کامل کے مِلاپ کی خُوش نصیبی حاصل نہیں ہُوئی وہ اِس اندھیرے میں بھٹکتی پھر رہی ہے۔ کبیر صاحب فرماتے ہیں :

مہاسُن سِندھ وِشمی گھاٹ ، بن ستگور پاوے نہیں باٹ

تمر کھنڈ (طبقۂ ظُلمات) کو عبُور کر کے بھنور گُپھا میں پہُنچ کر رُوح کو اِس بات کا احساس ہو جاتا ہے کہ وہ دراصل پرماتما کا ہی اَنش (جزو) ہے۔ پرماتما ساگر ہے اور وہ اُس کی بُوند۔ اِس حقیقت کا علم ہو جانے پر وہ از خُود سوہنگ، سوہنگ یعنی 'میَں وہی ہُوں'، 'میَں وہی ہُوں' پکار اُٹھتی ہے۔ نادان مولویوں نے عظیم صُوفی فقیر حضرت منصُور کو انا الحق (میَں خُدا ہُوں) کا نعرہ بلند کرنے کے جُرم میں پتھروں سے مروا ڈالا تھا۔ وہ حضرت منصُور کی عظمت سے ناواقف تھے۔ وصالِ خُدا کی عظیم کیفیت کو حقیر محدُود عقل کیا سمجھ سکتی ہے ؟

یہاں سے رُوح سچ کھنڈ (مقامِ حق) کی جانب بڑھتی ہے۔ یہ عالمِ بقا اور ابدی سکُون و سرُور کا مقام ہے، جہاں رنج و غم کا نام و نِشان تک نہیں ہے۔ اِسے "ستگور پد" یا سچے گُورو کا دھام بھی کہا جاتا ہے۔ گُورو ارجن دیو جی (سُکھمنی صاحب) کے آغاز میں پُورن ستگُورو (مُرشدِ کامل) کی صِفت و ثنا میں فرماتے ہیں :

آد گُورے نمہ، جُگاد گُورے نمہ
ستگُورے نمہ، شری گُور دیوے نمہ (آدگرنتھ، ص 262)

ستگُورو پد کی عظمت، اُس کی شان و شوکت اور اُس کا نُور لا بیان ہے۔ اِس مقام کا ہر ذرّہ اِس قدر منوّر ہے کہ کروڑوں سُورجوں کی روشنی اُس

کی تاب نہیں لاسکتی۔ گورو ارجن دیو جی اِس مقام کا حوالہ دیتے ہیں :

نام جپت کوٹ سور اُجارا بِنسے بھرم اندھیرا

(آدگرنتھ ، ص 700)

سَت لوک (مقامِ حق) میں وِینا کی دُھن اُٹھ رہی ہے۔ گورو نانک دیو جی کا قول ہے کہ جس شخص کا (باطِن میں) اِس وِینا کی دُھن (نغمہ) کے ساتھ رابطہ قائم ہو جاتا ہے، اُس پر پِنڈ، انڈ اور برہمنڈ مراد کُل کائینات کے راز ظاہر ہو جاتے ہیں :

بَین رسال وجاوے سوئی، جا کی ترِبھون سوجھی ہوئی
نانک بُوجھہو راہ بِدھ گورمَت، ہر رام نام لِو لایا

(آدگرنتھ ، ص 1039)

پھر فرماتے ہیں :

بِینا سبد وجاوے جوگی درسن رُوپ اپارا
سبد اناحد سوسہو راتا نانک کہے وِچارا

(آدگرنتھ ، ص 351)

بَینی جی کہتے ہیں کہ انحد کی وِینا بجا کر ہی مَیں سچّا بیراگی بنُوں گا۔ سوامی جی مہاراج بھی چوتھے لوک مقامِ حق میں ہونے والی وِینا کی موسیقی کا ذِکر کرتے ہیں :

لوک چوتھے چلو سج کے ، گہو وہاں جائے دُھن بِینا

(سار بچن ، بچن 19 ، شبد 18)

نام دیو جی بھی انحد کی وِینا بجانے کی بات کرتے ہیں :

اکھنڈ منڈل نرنکار مہہ انحد بین بجادو گو
بیراگی راہہ گادو گو
سبد اتیت اناحد راتا عاقل کے گھر جاؤ گو

(آدگرنتھ، ص 973)

سوامی مہاراج فرماتے ہیں :

گورمتا الوکھا درسا، مَن سُرت شبد جائے پرسا
لیلا گھٹ دیکھی بھاری، ہُوئی سُرت گگن پنہاری

(سار بچن، بچن 5، شبد 4)

اِس سے آگے سَت پُرش رُوح کو 'الکھ لوک' اور 'اگم لوک' سے پَرے 'رادھا سوامی پد' میں لے جاتے ہیں۔ یہ آخری مقام ہے۔ تمام مہاتماؤں نے اِسے 'سوامی پد' کہا ہے۔ گورو ارجن صاحب فرماتے ہیں :

اُوچ اپار بے انت، سوامی کون جانے گُن تیرے

(آدگرنتھ، ص 802)

گورو نانک دیو جی کا فرمان ہے :

جُگہہ جُگنتر بھگت تُمارے کِیرت کرے سوامی تیرے دُوارے

(آدگرنتھ، ص 567)

سوامی جی مہاراج نے 'سوامی' لفظ سے پہلے 'رادھا' لفظ جوڑ کر اُسے 'رادھا سوامی' مُراد، رُوح کا سوامی (مالک) کہہ کر پُکارا ہے۔

اب آپ خُود ہی اندازہ لگا سکتے ہیں کہ لوگ اصلیت سے کس قدر بھٹکے ہُوئے ہیں۔ یوگی اور عالم، فاضل لوگ اِس اعلیٰ اور بلند کیفیت سے بالکل بے بہرہ ہیں۔ کئی برسوں تک چھ چکّروں کی کڑی تپسیا کرنے کے بعد بڑی مُشکل سے سہنس دل کنول تک رسائی کر سکتے ہیں۔ یوگیشور دُوسرے مقام ـــ

برہم لوک کی چوٹی تک پہنچ پائے۔ باقی رہے عالم، فاضل — اِن میں بیشتر لوگ باہر ہی باہر بال کی کھال اُتارتے رہتے ہیں۔ اُن میں سے کچھ جنہوں نے بار بار ناکام رہنے کے بعد کسی رُوحانی رہبر کی اطاعت قبول کی، اُن کی پناہ میں گئے، وہ برہم کے مقام تک ہی پہنچ پائے؛ یہاں ایک بار پھر پُورے گورُو (مُرشدِ کامل) کی ضرورت لازمی معلوم ہونے لگتی ہے۔ کیونکہ کوئی بھی شخص خواہ کتنی بھی محنت یا ریاضت کیوں نہ کرے اُس کی رسائی اپنے گورُو (مُرشد) کی رسائی سے آگے نہیں ہو سکتی۔

لُبِّ لُباب

۱ گورُمت کی پہلی ضرورت 'پُورا گورُو'، 'سچّا گورُو'، یعنی مُرشدِ کامل ہے۔

۲ مُرشدِ کامل کی رہنمائی سے ہی ہمیں جسم رُوپی ہری مندر کے دسویں دروازے میں داخل ہونے کا راستہ مِلتا ہے۔

۳ ہمیں اپنی منزل کے لئے ایسا راستہ اِختیار کرنا چاہیئے جو سب سے زیادہ محفُوظ چھوٹا اور آسان راستہ ہو جو ہمیں سِیدھا اپنے اصلی گھر مقامِ حق میں پہنچا دے۔

۴ جن کو راہِ حق کا صحیح واقف کار مُراد مُرشدِ کامل نہیں مِلا، وہ غلط راستے میں کھو گئے۔ اُنہوں نے نیچے کے چھ چکرّوں کی مادیّت میں ہی اپنا قیمتی اِنسانی جامہ برباد کر دیا۔

۵ نیچے کے چھ چکرّوں میں کامیابی حاصل کر لینے پر بھی ہم بارگاہِ الٰہی میں رسائی نہیں کر سکتے۔ ہمارا حیات اور موت کا سِلسلہ ختم نہیں ہو سکتا اور ہم چوراسی کی بھُول بھُلیّوں میں ہی پھنسے رہتے ہیں۔

۶ ہماری زندگی کا نصب العین یہ ہونا چاہیئے کہ ہم وہ مقام حاصل

کریں جو عالمِ بقا ہے۔ ہمیشہ قائم و دائم ہے۔ جہاں پہنچ کر ہمیں پھر اس دُنیا میں دوبارہ جنم نہ لینا پڑے۔ پرلے (قیامت) میں برہم تک کے سارے مقام فنا ہو جاتے ہیں۔ مہا پرلے (قیامتِ عظیم) ست لوک یعنی مقامِ حق سے نیچے نیچے کے تمام طبقات اپنی لپیٹ میں لیکر نیست و نابُود کر دیتی ہے۔ اِس لئے ہمیں ست لوک (مقامِ حق) تک کی رسائی کو ہی اپنی زندگی کا نشانہ بنانا چاہیئے۔ جہاں سے دوبارہ اِس دُنیا میں نہ آنا پڑے۔

7 اِس سے پیشتر کہ رُوح نام رُوپی آبِ حیات پینے کے قابل بن سکے ہمیں دُنیا کی تمام عیش و عشرت، حواسِ خمسہ کی لذّات اور وجُود کے لگاؤ کو الوداع کہہ کر ہوَمَے (اَنا) اور دُوئی سے اُوپر اُٹھنا چاہیئے اور یہ کیفیت فقط نام یا شبد کی سادھنا یعنی ربّی کلمے کے شغل سے ہی حاصل ہو سکتی ہے۔

اِنسانی قالِب

کیا ہم نے کبھی اپنے اِس وجُود کے بارے میں سوچا ہے ؟ کیا ہم جانتے ہیں کہ یہ بارہ منزلہ مکان جس میں ہم رہتے ہیں کتنا حیرت انگیز ہے ؟ اِس کے اندر کیسے کیسے بیش بہا خزانے چھُپے ہُوئے ہیں ؟ کیا ہم جانتے ہیں کہ اِس گہری اندھیری گُپھا (اِنسانی قالِب) کے اندر کس قدر خالِص نورانی ہیرے، جواہرات بھرے پڑے ہیں ؟ اِن سوالات کا جواب اکثر نفی میں مِلتا ہے۔ ہم نے کبھی اِن سب باتوں کے بارے میں سوچا ہی نہیں۔ کیا یہ حیرانی کی بات نہیں کہ جس گھر میں ہم برسوں سے رہ رہے ہیں، اُس کے اندر جھانکنے کی ہم نے کبھی کوشش ہی نہیں کی ؟ اِس کی باہری صفائی اور دیکھ ریکھ کے لئے ہم روزانہ کچھ نہ کچھ وقت ضرور صَرف کرتے ہیں. حقیقت تو یہ ہے کہ ہم میں سے بیشتر لوگ اِس چند روزہ خاکی وجُود کی باہری سجاوٹ بناوٹ کے لئے بہت زیادہ وقت صَرف کرتے ہیں۔ لیکن یہ دیکھنے کی کوشِش نہیں کرتے کہ کیسے کیسے عجُوبے اِس کے اندر پوشِیدہ ہیں۔ سچ تو یہ ہے کہ ہم اِس بات سے انجان ہیں کہ یہ اِنسانی قالِب لاثانی ہیروں اور جواہرات کی کان ہے۔

گورُو امر داس جی فرماتے ہیں :

اِس گُپھا مہہ اکھٹ بھنڈارا، تِس وِچ وسے ہر الکھ اپارا
آپے گُپت پرگٹ ہےَ آپے گوُر سبدی آپ ونجاونیا
(آدگرنتھ ، ص 124)

کبیر صاحب فرماتے ہیَں کہ ہمارا جسم صرف ہاڑ، مانس کا ڈھانچہ ہی نہیں ہےَ بلکہ اِس مٹی کے کوُزے میں خوبصورت باغ باغیچے ہیَں اور ساتھ ہی اُن کا مالی وہ خُدا بھی اِس کے اندر ہےَ۔ اِس قالب میں ہیرے، لعل، جواہر بھرے پڑے ہیَں۔ اور اِن کا پرکھنے والا جوہری بھی اِس میں ہےَ۔ ساتوں سمُندر، لاکھوں ستارے اور اُن کا خالق بھی اِس کے اندر ہےَ۔ کس قدر جہالت کا اندھیرا ہےَ کہ مالک ہمارے اندر ہےَ اور ہم اُسے دیکھتے تک نہیں۔

سنت پیپا جی کہتے ہیَں 'جو برہمنڈے سوئی پنڈے'؛ رِشیوں مُنیوں نے اِس اِنسانی قالب کو نرنرائنی دیہہ کہہ کر یاد کیا ہےَ۔ یعنی وہ وجوُد جس میں 'نر' اور 'نارائین' یعنی آتما اور پرماتما دونوں اِکٹھے رہتے ہیَں۔ گوُرو صاحبان کے فرمان کے مُطابق بھی یہ 'ہرمندر' یعنی مالکِ کُل کی بارگاہ ہےَ۔ گوُرو امرداس جی فرماتے ہیں 'ہرمندر ایہہ سریر ہے'؛ حضرت عیسےٰ نے اِسے 'زندہ خُدا کا گھر' کہا ہےَ۔ آپ کا یہ بھی فرمان ہےَ کہ خُدا کی بادشاہت تمہارے اندر ہےَ۔ ایک مُسلمان صُوفی فقیر سائیں بُلھے شاہ کہتا ہےَ :

جاں مَیں سبق عِشق دا پڑھیا، مسجد کولوں جیوڑا ڈریا
بھج بھج ٹھاکر دوارے وڑیا، جتھے وجدے ناد ہزار
گھر وِچ پایا محرم یار

دراصل سبھی فُقرا، کامل جو رُوحانی اور مادّی طبقات کی کھوج کر چُکے ہیَں اِس نتیجے پر پہنچے ہیَں کہ سب کُچھ ہمارے جسم میں ہےَ۔ یعنی وہ سب کُچھ جو ہم اِس عالمِ حوادث میں دیکھتے ہیں اور وہ سب کُچھ بھی جو دُنیا میں ہماری نظروں

سے اوجھل ہے۔ درویشانِ حق کا یہ بھی دعوےٰ ہے کہ خُدا سے وِصال فقط اِس انسانی قالِب میں ہی ہو سکتا ہے۔ اگر کسی شخص کو اِن لطیف اور رُوحانی مقامات کی کھوج مطلوب ہے تو اُسے اپنے وجُود کے اندر ہی اُنہیں تلاش کرنا چاہیئے۔ اُس عظیم فنکار کی اصلی کاریگری کا مُشاہدہ باطن میں ہی کیا جا سکتا ہے۔ باہر جو کچُھ بھی ہے محض اُس کی نقل ہے، دھوکا ہے۔ انسانی قالِب اور کُل کائینات کی اصلیت صاف طور پر اپنے اندر کے سوا کسی اور جگہ دیکھی نہیں جا سکتی۔ گورُو ارجن دیو جی فرماتے ہیں:

سب کچھ گھر مہہ باہر ناہی
باہر ٹوٹے سو بھرم بھُلاہی (آدگرنتھ، ص 102)

اِس گھر کے خُفیہ حِصّوں کی کھوج کرنی چاہیئے جس کی نِسبت حضرت عیسےٰ فرماتے ہیں: "میرے باپ کے گھر میں بہت سی حویلیاں ہیں"۔ رِشی مُنی اِس قالب کو 'نو دروازوں کا گھر' کہتے ہیں۔ کئی بار اِسے 'دس دروازوں کا محل' بھی کہا جاتا ہے۔ اِس وجُود کے نَو دروازے باہر کی جانب کھُلتے ہیں جن کے ذریعے ہماری طاقتیں باہر بے سُود خرچ ہوتی رہتی ہیں۔ دسواں دروازہ ہمارے اندر بارگاہِ الٰہی کی جانب کھُلتا ہے۔ نَو دروازے ــــ ہماری دو آنکھیں، دو کان، ناک کے دو سُوراخ، ایک مُنہ اور نیچے دو اِندریوں کے سُوراخ ہیں۔ دسواں دروازہ دونوں آنکھوں کے اُوپر اور اُنکے درمیان ہے۔ اِسے 'تیسرا تِل' 'شِونیتر' اور تیسری آنکھ بھی کہا گیا ہے۔ مُسلمان فقیروں نے اِسے 'نُقطۂ سویدا' کہا ہے۔

اِس گھر کی اندرُونی ساخت کی جانچ کرنے سے ہمیں پتہ چلتا ہے کہ اِس کی بارہ منزلیں ہیں، جنہیں دو حِصّوں میں تقسیم کیا جا سکتا ہے۔ آنکھوں کے نِچلے حِصّے کو 'پِنڈ' کہتے ہیں۔ اِس میں چھ چکّر (مقام) ہیں اور اِسکی حد آنکھوں تک ہے۔ آنکھوں سے اُوپر دُوسرا حِصّہ ہے جس میں 'انڈ' اور 'برہمنڈ' اور دِیگر مقامات ہیں۔

یوگی لوگ سب سے نچلے چکرّ سے جسم میں داخل ہوتے ہیں، جسے مُول آدھار، کہتے ہیں۔ وہ تیسرے تِل یعنی نُقطۂ سویدا پر آکر رُک جاتے ہیں کیونکہ اِسی مقام کو وہ آخری اور سب سے اُونچا مقام مانتے ہیں۔

فقرائے کامل یعنی سنت مہاتما تیسرے تِل (نُقطۂ سویدا) سے رُوحانی سفر شُروع کرنے کی ہدایت کرتے ہیں۔ جو بیداری کی حالت میں رُوح اور نفس کا صدر مقام ہے۔ فُقرائے کامل ہمیں اِسی مقام سے اُوپر سچ کھنڈ (مقامِ حق) تک رسائی کرنے کا طریقہ بتاتے ہیں۔ ست لوک یعنی مقامِ حق آنکھوں کے مرکز سے اُوپر پانچواں مقام ہے۔ اِس طرح آپ مُتلاشیانِ حق کو نچلے چھ چکرّوں یا کنوِلوں کی ناحق خطرناک مُشقت سے بچالیتے ہیں۔ پِنڈ کے چھ چکرّوں کی تفصیل اِس طرح ہے۔

1. پہلا چکرّ جسے 'مول آدھار' کہا جاتا ہے، گُدا میں ہے۔ اِس مقام کا حُکمران یا دیوتا ہاتھی کے سر والا گنیش ہے جو تمام رِدّھیوں سِدّھیوں (کرامات) کا مالک ہے۔ اِس مقام پر پہنچنے کے لئے سالِک یہاں اپنی توجہ مرکوز کر کے ایک کروڑ بار 'کلِنگ' منتر کا جاپ کرتا ہے۔ اِس شُغل میں کامیابی حاصل کرنے پر شاغل کو غیبی طاقتیں حاصِل ہو جاتی ہیں۔ اُس کی قوتِ ارادی اِس قدر مضبُوط ہو جاتی ہے کہ اگر وہ تیز دوڑتی ریل گاڑی کو رُک جانے کا حُکم دے تو وہ گاڑی آگے نہیں جا سکتی۔ یہاں چار دَل کا کنوِل ہے۔ اِس کا رنگ لال اور یہاں پرتھوی تتو (خاک کا عنصر) غالب ہے۔ یہ آنکھوں کے اُوپر تیسرے تِل کے پیچھے چار دل کے کنوِل کا عکس ہے۔ یہ تغیرّ پذیر اور فنا پذیر ہے۔ موت کے وقت جب رُوح جسم میں سے سمٹنا شروع کرتی ہے، تو سب سے پہلے یہ مقام ختم ہوتا ہے۔ رُوحانی شُغل کے وقت جب رُوح تیسرے تِل یا نُقطۂ سویدا سے اُوپر چلی جاتی ہے تو ہم دُنیا کی طرف سے بھلے ہی مُردہ ہو جائیں لیکن باطن میں مُکمل طور پر ہوش و حواس کی کیفیت برقرار رہتی ہے۔ ہمارا اصل مُدّعا تو سِلسلۂ تناسُخ (آواگون) سے نجات حاصِل کرنا ہے۔ اُس قادِر

مُطلق، لافانی مالکِ کُل میں سما جاناہے جو ابدی اور ہمیشہ سے ہے، قائم و دائم ہے۔ جس کی قیام گاہ پرلے اور مہاپرلے (قیامت اور قیامتِ عظیم) کی پہنچ سے باہر ہے۔ اِس لئے اِس مُول آدھار چکرّ کی ریاضت سے ہمیں کیا فائدہ ؟

دُوسرا چکرّ (مرکز) 'سوادا ستھان' یعنی اِندری چکرّ ہے۔ یہاں چھ دَل کا کنوَل ہے جس میں کالے اور سفید رنگ کی مِلاوٹ ہے۔ یہاں پانی کا تتو (عنصر) غالب ہے اور یہاں کا شبد 'اونکار' ہے۔ برہما اور ساوِتری اِس مقام کے مالِک ہیں۔ اِس برہما کو نُقطۂ سویدا سے اُوپر برہمنڈ میں مُقیم دُوسرے رُوحانی مقام 'ترکُٹی' کا مالِک 'برہم' نہیں سمجھنا چاہیئے، جیسے کُمہار مِٹّی کے برتن بناتا ہے، اِسی طرح برہما اور ساوِتری کا کام اِس مادّی دُنیا کے لئے کثیف وجُود گھڑنا ہے۔ یہ چکرّ (مرکز) آنکھوں سے اُوپر 'انڈ' میں واقع چھ دَل کے کنول کا عکس ہے۔

3. تِیسرا چکرّ (مرکز) 'منی پُورک' ناف میں ہے۔ یہاں آٹھ دَل کا کنوَل ہے۔ وِشنو اور لکشمی یہاں کے حُکمران ہیں۔ کائینات کے کثیف جسموں کی پرورش کا کام اِن کے ذِمّے ہے۔ یہاں اگنی (آتش) کا عنصر غالِب ہے اور اِس کا رنگ ہلکا لال ہے۔ اِس مقام پر 'ہِرِنگ' کا جاپ ہے۔

4. چوتھا مقام ہِردے چکرّ ہے۔ یہاں بارہ دَل کا کنوَل ہے۔ اِس کا رنگ نیلا ہے۔ یہاں ہَوا (باد) کا عنصر نُمایاں ہے۔ اور یہاں کا جاپ 'سوہنگ' ہے۔ یہ چکرّ پرانوں کا بھنڈار ہے جو جِسم کے الگ الگ حِصّوں کو قوّت بخشتا ہے۔ اِس مقام کے حاکم شِو اور پاروتی ہیں جو فنا کا کام کرتے ہیں۔

5. پانچواں چکرّ (مرکز) گلے میں واقع 'کنٹھ چکرّ' ہے۔ یہاں پر سولہ دَل کا کنوَل ہے۔ یہاں کی حکومت اسٹنگی دیوی (آٹھ بازوؤں والی دیوی) کے حوالے ہے۔ یہ دیوی نیچے کے تینوں دیوتاؤں برہما، وِشنو اور شِو کی ماں ہے۔

یہ تینوں دیوتا اسی سے طاقت حاصل کرتے ہیں۔ اسے شکتی، دُرگا وغیرہ ناموں سے بھی پکارا جاتا ہے۔ یہاں کا رنگ گہرا نیلا اور مقدم عنصر 'آکاش' (آسمان) ہے۔ اس کی سِدھی کے لئے 'شرنگ' منتر کا جاپ کیا جاتا ہے۔

۶۔ چھٹا چکر (مرکز) دونوں آنکھوں کے بیچ میں دو دل (پنکھڑیوں) کا کنول ہے۔ اِسے شِونیتر 'تیسرا تِل (نُقطۂ سویدا)، تیسری آنکھ کہا جاتا ہے۔ بیداری کی حالت میں یہ مقام رُوح اور نفس (من) کا مرکز ہے۔ ہماری رُوح کی رَو اسی نُقطے سے نیچے اُتر کر جسم کے روم روم میں پھیل گئی ہے۔ نچلے چھ چکروں کی سادھنا رُوح کو فقط اِس نُقطے تک ہی لے کر پہنچ سکتی ہے۔ پرانا یام (حبسِ دم) ہمیں اِس کیفیت سے اُوپر لے جانے میں قاصر ہے۔ کیونکہ پران (سوانس) جو پرانا یام میں رُوح کے اُوپر اُٹھنے کا وسیلہ بنتے ہیں چِد آکاش[1] میں سما جاتے ہیں جو اِسی مقام پر واقع ہے۔

گُدا چکر پر 'کُنڈلنی' ناڑی ہے۔ یہ ناڑی کُنڈلی لگائے ہُوئے سانپ کی مانند ہے۔ یہ سب ناڑیوں کی جڑ (بُنیاد) ہے۔ اِن میں سے تین خاص ناڑیاں ہیں — ایڑا، پنگلا اور سُشمنا[2]۔ جو تیسرے تِل یا شِونیتر (نُقطۂ سویدا) تک جاتی ہے۔ پرانا یام کی ریاضت کرنے والے تیسرے تِل پر آکر رُک جاتے ہیں۔ کیونکہ اِس جگہ پر تمام ناڑیاں ختم ہو جاتی ہیں۔ اور پران اپنے منبع چِد آکاش میں سما جاتے ہیں، کیونکہ کوئی بھی طاقت کسی کو اپنے منبع سے آگے نہیں لے جا سکتی۔ یہاں پہنچنے پر کئی شاغلوں کو اپنی حد بندی کا احساس ہو جاتا ہے اور

---

[1] چیتنۂ آکاش جو شریر کے چھ چکروں سے اُوپر ہے۔

[2] یوگیوں کی سُشمنا، درویشانِ حق کی سُشمنا سے مختلف ہے جو تیسرے تِل نُقطۂ سویدا سے شروع ہو کر سر کی چوٹی، سچ کھنڈ (مقامِ حق) تک جاتی ہے۔ اہلِ اِسلام سُشمنا ناڑی کو شاہ رگ کہتے ہیں۔

وہ تین گنوں کی تین دھاراؤں کی مدد سے سہنس دَل کنوَل میں پہنچ جاتے ہیں۔ یہ برہمنڈ کا پہلا چکر (مقام) ہے۔ جہاں سے سنتوں (فقرائے کامل) کا رُوحانی سفر شروع ہوتا ہے۔

سہنس دَل کنوَل برہمنڈ کا پہلا مقام ہے۔ یہ ایک ہزار دَل کا کنوَل ہے۔ یہاں سے کثیف اور لطیف کائینات کے بندوبست کا کام سرانجام دِیا جاتا ہے۔ یہ 'نرنجن' کا مقام ہے۔ بہت سے مذاہب کی آخری منزل یہی مقام ہے مسلمان فقراء اِسے مقامِ اللہ کہتے ہیں۔ کبیر صاحب نے اپنے مندرجہ ذیل شبد 'کرنَینوں دِیدار محل میں پیارا ہے' میں اِن تمام کنوَلوں کا بڑی تفصیل سے ذِکر کیا ہے:

کرنَینوں دِیدار محل میں پیارا ہے -ٹیک-

کام کرودھ مد لوبھ بِسارو، سِیل سنتوش چھماست دھارو
مدیہ مانس مِتھیا تج ڈارو، ہو گیان گھوڑے اسوار بھرم سے نیارا ہے 1

دھوتی نیتی وستی پاؤ، آسن پدم جُگت سے لاؤ
کھمبھک کر ریچک کرواؤ، پہلے مُول سدھار کارج ہو سارا ہے 2

مُول کنوَل دَل چتر بِکھانو، کلنگ جاپ لال رنگ مانو
دیو گنیش تہاں رُوپا تھانو، رِدھ سِدھ چنور ڈُھلارا ہے 3

سوادِ چکر کھٹ دَل بِستارو، برہما[1] ساوِتری رُوپ نہارو
اُلٹ ناگنی کا سر مارو، تہاں شبد اونکارا ہے 4

---

[1] برہما

نابھی اَشٹ کنوَل دَل ساجا، سیج سِنگھاسن بِشنوٗ براجا
ہرِنگ جاپ تا سو مُکھ گاجا ، لچھمی شِو آدھارا ہَے 5

دوادس کنوَل ہِردے کے ماہیں، جنگ گوَر شِو دھیان لگائی
سوہنگ شبد تہاں دُھن چھائی ، گن کریں جَے جَے کارا ہَے 6

کھوڑس دَل کنوَل کنٹھ کے ماہیں، تیہی مدھ بسے اِودیا بائی
ہری ہر برہما چنور ڈُھرائی ، جہاں شرِنگ نام اُچارا ہَے 7

تا پر کنج کنوَل ہَے بھائی ، بگ بھونرا[1] دُوئی رُوپ لکھائی
نج من کرت تہاں ٹھکرائی ، سونَینن پچھوارا ہَے 8

کنوَلن بھید کیا نِروارا ، یہ سب رچنا پنڈ منجھارا
ست سنگ کر ستگورُو سِر دھارا ، وہ ست نام اُچارا ہَے 9

آنکھ کان مُکھ بند کراؤ ، انحد جِھنگا شبد سُناؤ
دونوں تِل اِک تار مِلاؤ ، تب دیکھو گُلزارا ہے 10

چند سُور ایکے گھر لاؤ ، سُشمن سیتی دھیان لگاؤ
تربینی کے سَندھ[2] سماؤ ، بھور اُتر چل پارا ہَے 11

گھنٹا سنکھ سُنو دُھن دوئی، سہنس کنوَل دَل جگ مگ ہوئی
تا مدھ کرتا نِرکھو سوئی، بنک نال دَھس پارا ہَے 12

---

[1] بگلا اور بھنورا یعنی سیت اور شیام پد
[2] سنگم

ڈاکنی ساکنی بہو کِلکاریں، جم کِنکر دھرم دُوت ہکاریں
ست نام سُن بھاگیں سارے، جب سَتگُورو نام اُچارا ہے 13

گگن منڈل بِچ اَردھ مُکھ کُوئیا، گُورُو مُکھ سادھو بھر بھر پیا
نِگُورَے پیاس مرے بن کِیا، جا کے ہِیئے اندھیارا ہے 14

تِرکُٹی محل میں وِدیا سارا، گھنہُر[1] گرجیں بجے نگارا
لال برن سُورج اُجیارا، چتر کنوُل مُنجھار شبد اونکارا ہے 15

سادھ سوئی جن یہ گڑھ لینہا، نَو دروازے پرگٹ چِینہا
دسواں کھول جائے جن دینہا، جہاں قُفل[2] رہا مارا ہے 16

آگے سینت سُنّ ہے بھائی، مانسرودر پَیٹھ انہائی
ہنسن مِل ہنسا ہوئے جائی، مِلے جو امی اہارا ہے 17

کِنگری سارنگ بجے سِتارا، اچھر برہم سُنّ دربارا
دوادس بھانو ہنس اُجیارا، کھٹ دَل کنوُل منجھار شبد رنکارا ہے 18

مہا سُنّ سِندھ بِکھمی گھاٹی، بِن سَتگُورُو پاوے نہیں باٹی
بیاگھر[3] سِنگھ سرپ بہُو کاٹی، تہاں سہج اچِنت پسارا ہے 19

اشٹ دَل کنوُل پار برہم بھائی، داہنے دوادس اچِنت رہائی
بائیں دس دَل سہج سمائی، یُوں کنوُلن نِروارا ہے 20

---

[1] کرنی، [2] بادل، [3] تالا۔
[4] باگھ

پانچ برہم پانچوں انڈ بینو ، پانچ برہم نہہ اچھر چینہو
چار مقام گپت تہاں کینہو، جا مدھ بندی وان پُرش دربارا ہے 21

دو پربت کے سندھ نہارو ، بھنور گپھا تے سنت پکارو
ہنسا کرتے کیل اپارو ، تہاں گوُرن دربارا ہے 22

سہس اٹھاسی دیپ رچائے ، ہیرے پنے محل جڑائے
مُرلی بجت اکھنڈ سدائے ، تہاں سوہنگ جھنکارا ہے 23

سوہنگ حد تجی جب بھائی ، ست لوک کی حد پنی آئی
اُٹھت سُگندھ مہا اِدھکائی ، جاکو وار نہ پارا ہے 24

کھوڑس بھانوؔ ہنس کو رُوپا ، بیناست دُھن بجے انوپا
ہنسا کرت چنور سر بھوپا ، ستّ پُرش دربارا ہے 25

کوٹن بھانوؔ اُدے جو ہوئی ، ایتے ہی پنی چندر لکھوئی
پُرش روم سم ایک نہ ہوئی ، ایسا پُرس دیدارا ہے 26

آگے الکھ لوک ہے بھائی ، الکھ پُرش کی تہاں ٹھکرائی
اربن سوُر روم سم ناہیں ، ایسا الکھ نہارا ہے 27

تا پر اگم محل اِک ساجا ، اگم پُرش تاہی کو راجا
کھربن سوُر روم اِک لاجا ، ایسا اگم اپارا ہے 28

تاپر اکہہ لوک ہے بھائی ، پُرش انامی تہاں رہائی
جو پہنچا جانیگا واہی ، کہن سُنن تیں نیارا ہے 29

کایا بھید کیا نِروارا ، یہ سب رچنا پنڈ منجھارا
مایا اوگتی جال پسارا ، سو کارِیگر بھارا ہے 30

آد مایا کینہی چترائی ، جھوٹی بازی پنڈ دِکھائی
اوگتی رچنا رچی انڈ ماہیں ، تا کا پرتی بِمب ڈارا ہے 31

شبد بہنگم چال ہماری ، کہیں کبیر ستگورو دئی تاری
کھلے کپاٹ شبد جھنکاری ، پنڈ انڈ کے پار سو دیس ہمارا ہے 32

(سنتوں کی بانی ، ص 229)

آپ فرماتے ہیں کہ تم اپنی آنکھوں سے اپنے محبوبِ حقیقی کا دیدار کر لو۔ وہ تمہارے اندر ہی ہے۔ اُس کے حصول کے لئے تمہیں نشیلی اشیاء اور گوشت وغیرہ خوراک سے پرہیز کرنا پڑے گا۔ بیوہار میں جھوٹ۔ کام، کرودھ، لوبھ، وغیرہ کو چھوڑنا پڑے گا۔ لگاؤ اور تکبّر سے اُوپر اُٹھنا پڑے گا۔ اِن عیوب کی جگہ تمہیں سچّائی، صبر و قناعت، عاجزی، اِنکساری اور معافی جیسے اوصاف اِختیار کرنے پڑیں گے۔

یوگ کے شاغل کو دھوتی، نیتی، وستی جیسے شغل حسبِ دستور

لے دھوتی یہ یوگ ابھیاس کی ایک مشق ہے جس میں شاغل چار پانچ اِنچ چوڑا اور اپنی بساط کے مطابق لمبا کپڑے کا ٹکڑا مُنہ کے راستے نگل جاتا ہے اور اُس سے پیٹ کو صاف کر کے مُنہ کے راستے باہر نکال دیتا ہے۔ نیتی ایک موم لگا دھاگا ناک کے ایک سوراخ کے راستے سے اندر لے جا کر مُنہ کے راستے سے باہر نکالا جاتا ہے۔ وستی ایک طرح کا انیما ہے۔ اِس میں شاغل پانی میں بیٹھ کر اپنی مانس پیشیوں کے ذریعہ لگاتار پانی اپنے اندر کھینچتا ہے۔ یہ تینوں شغل جسم کو اندر سے صاف کرنے کے لئے کئے جاتے ہیں۔

لگاتار پدم آسن لگا کر کنبھک[ٹ] اور ریچک وغیرہ کے ذریعے کرنے پڑتے ہیں۔

سب سے پہلے مُول چکر پر توجہ مرکوز کی جاتی ہے۔ یہاں 'کلِنگ' شبد کے جاپ کے ذریعے خیال یکسُو کیا جاتا ہے اور لال رنگ کا چار دَل کا کنوَل دِکھائی دیتا ہے۔ گنیش دیوتا اِس مقام کے حاکم ہیں۔ یہاں پہنچ کر شاغل بے شُمار غیبی اور کراماتی طاقتیں حاصل کر لیتا ہے۔

اِس سے اُوپر اندری چکر میں چھ دَل کا کنوَل ہے۔ برہما اور ساوِتری اِس مقام کے مُنتظِم کارکُن ہیں۔ کائینات کی تخلیق کا کام اِن کے ذمّہ ہے۔ یہاں اَونکار شبد کا جاپ ہے۔

اِس سے اُوپر نابھی چکر میں آٹھ دَل کا کنوَل ہے۔ یہاں وِشنو جی مُقیم ہیں۔ اِس مقام کو حاصِل کرنے کے لئے 'ہرنگ' شبد کا جاپ کرنا پڑتا ہے۔ اِسے ہِردے چکر کے بارہ دَل کے کنوَل کے حاکم شِو اور پاروتی سے قُوت ملتی ہے۔ یہاں سوہنگ شبد کا جاپ ہے۔

اِس سے اُوپر کنٹھ چکر میں سولہ دَل کے کنوَل پر دیوی اوِدیا کا تسلّط ہے۔ شرنگ منتر کے جاپ کے ذریعے اِس مقام کو حاصِل کیا جاتا ہے۔ برہما، وِشنو اور شِو تینوں یہاں سے شکتی حاصِل کرتے ہیں۔ اُوپر جائیں تو آگے آنکھوں کے بیچ میں دو دَل کا کنوَل ہے۔ یہاں سے نفس کی حکُومت شرُوع ہوتی ہے۔

کبیر صاحب کہتے ہیں کہ اُنہوں نے اِنسانی قالب کے تمام چکرّوں کا

ٹہ پدم آسن: ایک طرح کی یوگِک نشِست (آسن) ہے۔ جس میں اِس طرح چوکڑی لگائی جاتی ہے کہ دایاں پیر بائیں ٹانگ پر اور بایاں پیر دائیں ٹانگ پر ہوتا ہے۔

ٹ پُورک: سانس کو پھیپھڑوں میں بھرنا۔ کُمبھک: بھرے ہُوئے سانس کو پھیپھڑوں میں روکے رکھنا۔ ریچک: روکے ہُوئے سانس کو آہستہ آہستہ چھوڑنا۔

حال بڑی تفصیل سے بیان کر دیا ہے۔ لیکن اُس لامُنتہا، لافانی اور قائم ودائم خُدا کے وصال کے لئے مُتلاشی کو کسی مُرشدِ کامل کی صحبت، اُس کا ست سنگ ــــ اور اُس کی پناہ نہایت ضرُوری ہے۔ کیونکہ وہی ہمیں باطن میں راہِ حق کے راز سے واقف کرواسکتا ہے اور رُوحانی راستے پر گامزن ہونے کے لئے ہماری رہنمائی کر سکتا ہے۔ مُرشدِ کامل کے بتائے ہُوئے طریقے کے مُطابق آنکھیں، کان اور مُنہ بند کر کے اپنے باطن میں مُتوجہ ہو کر انحد شبد کی دِلکش آواز یعنی خُدائی نغمے کو سُنو اور اُس کے نوُر کا دِیدار کرو۔ اِس طرح مُرشد (گورُو) کی ہدایت پر عمل کرتے ہُوئے لگاتار شبد (ربّی کلمے) کے شغل کے ذریعے آپ اپنے اندر مختلِف رُوحانی طبقات کو عبوُر کرتے ہُوئے مالکِ کُل سے جا مِلو گے۔

شبد کے آخر میں آپ خبردار کرتے ہیں کہ جسم میں آنکھوں سے نیچے کے چکرّ (مقام) تو اُوپر کے چکرّوں (مقامات) کا عکس ہَیں اور یہ فنا کی زد میں ہیں۔

سوامی جی مہاراج فرماتے ہیں کہ اِنسانی وجُود میں بارہ کنول ہَیں جن کی تفصیل مندرجہ ذیل ہَے:

تک کایا کنوّلن وِدھی بھاکھی ــ کنوّل دوادس کایا راکھی
پرتھمے کنوّل گنیش بِلاسا ــ کنوّل دُوسرے برہما باسا
کنوّل تیسرے وِشنو پرکاشا ــ چترتھ کنوّل شو شکتی بِواسا
آتم کنوّل پانچواں ہوئی ــ چھٹا کنوّل پرماتم سوئی
کنوّل ساتویں کال بسیرا ــ جوت نرنجن کا وہاں ڈیرا
کنوّل آٹھواں ترکُٹی ماہیں ــ سُورج برہم بسے تیہی ٹھاہیں
نواں کنوّل ہَے دسویں دوارے ــ پار برہم جہاں بسے بِنارے

مہا سُنّ میں کنول اچِنتا کنول دسم کا وہاں برتنتا
کنول اکادس بھنور گُپھا پر دوادس کنول ست پدانتر
کھٹ چکر یہ پنڈ سنوارا تین چکر برہمنڈ ادھارا
تین کنول جو اُوپر رہے سنت بِنا کوئی برن نہ کہے
کھشٹ کنول تک جوگی آسن نویں کنول جوگیشور باسن
پند برہمنڈ کا اِتنا لیکھا یوگی گیانی یہاں تک دیکھا
آگے کا کوئی بھید نہ جانے تین کنول سو سنت بکھانے
کوئی چھ تک کوئی نو تک بھاکھے سَرُوتے اِن بھیتر تھاکے
بڑھا سنت مَت سب سے آگے سنت کرپا سے کوئی کوئی جاگے
جو پہنچے دوادس استھانا سوئی کہیئے سنت سُجانا
سنتن کا مت سب سے اُونچا جو پرکھے سوئی دُھر پہنچا

(سار بچن، بچن 38، ماس 5)

اب فقط ایک فیصلہ کرنا باقی رہ جاتا ہے کہ کِس مقام کو اپنی زِندگی کا آخری مقصد یا نِشانہ بنایا جائے۔ اُوپر بخُوبی واضح کیا جا چُکا ہے کہ پرلے یعنی قیامت میں برہم تک کے آٹھ مقام فنا ہو جاتے ہیں۔ جو رُوحیں برہم کے مقام سے اُوپر نہیں جا سکیں، قیامت کے بعد اُنہیں پھر سے اِس کائینات میں جنم لینا پڑتا ہے۔ حقیقت تو یہ ہے کہ جس کِسی کی بھی رسائی سچ کھنڈ (مقامِ حق) تک نہیں ہو پاتی اُن سب کا یہی حشر ہوتا ہے، یعنی اُنہیں دوبارہ جنم لینا پڑتا ہے۔

شری مد بھگوت گیتا میں بھگوان کرشن ارجن کو اُپدیش کرتے ہیں:

"ہے ارجن! وید فقط تین گُنوں سے پیدا ہونے والی اشیاء، سازوسامان مُراد کائینات کی تخلیق، نشوونما اور فنا کے بارے میں ہی جانکاری دے سکتے

ہَیں۔ تَم تِین گُنوں سے اُوپر اُٹھو سُکھ، دُکھ، نِندا، صِفت وغیرہ دُوئی کی حد سے اپنے آپ کو آزاد کرو۔ ہمیشہ قائم رہنے والی حقیقت کی پناہ لو۔ دُنیا کے مال و متاع کا لگاؤ چھوڑ دو اور اپنے نفس کو اپنے بس میں کرو (ادھیائے 2، شلوک 45)
اگلے شلوک میں فرماتے ہیں: 'ایک سچے برہمن کے لئے وید کی وقعت ایسے ہی ہے، جیسے کہ ایک بے پایاں سمُندر میں مقیم شخص کے لئے ایک ادنیٰ تالاب کی۔

اِسی طرح مہاپرلے میں سچ کھنڈ (مقامِ حق) کے نیچے کے سبھی گیارہ مقام فنا ہو جاتے ہیں۔ فقط سچ کھنڈ ہی قائم و دائم، ازلی اور ابدی ہے۔ گوُرو نانک دیو جی کہتے ہیں 'سچ کھنڈ وسے نِرنکار' یہی ایک ایسا مقام ہے جو پرلے، مہاپرلے یعنی قیامت اور قیامتِ عظیم کی پہنچ سے باہر ہے۔

جیساکہ اُوپر واضح کیا جا چُکا ہے۔ اِنسانی قالب میں بارہ مقامات ہیں جو دو بڑے حصّوں — پنڈ اور برہمنڈ — میں مُنقسم ہیں۔ دونوں حِصّوں میں چھ چھ مقامات ہیں۔ پنڈ کے چھ مقامات دیوی دیوتاؤں کے ہیں۔ جن کا کام الگ الگ طرح سے رُوحوں کی خدمات کرنا ہے۔ اگرچہ دیوی دیوتا اِنسان کی نِسبت زیادہ دیر تک زندہ رہتے ہیں، لیکن یہ سب فنا کے دائرے میں ہیں۔ اِس لئے اِن میں سے کوئی بھی ہمارے حصُول کا مقصد نہیں بن سکتا۔ فقط ست لوک (مقامِ حق) کا نِشانہ ہی اِنسانی زندگی کا نصب العین ہونا چاہیئے۔

یہاں یہ بات سمجھ لینی چاہیئے کہ جب درویشانِ حق بارگاہِ الٰہی کے راستے میں آنے والے الگ الگ مقامات کی اپنی اپنی کیفیت اور اُن مقامات کے حُکمرانوں کی حیثیت اور فرائض کی وضاحت کرتے ہیں یا آپس میں نِسبتاً مقابلہ کرتے ہُوئے صاف صاف سمجھاتے ہیں تو اُن کا مقصد قطعی طور پر یہ نہیں ہوتا کہ سچ کھنڈ کے نیچے کے کسی مقام کے حصُول کے لئے جو تعلیم رائج

ہے اُس کی مُخالفت یا نُکتہ چینی کی جائے۔ دراصل سنت مہاتما یا ولی اَولیاء
کِسی کی نُکتہ چینی یا مُخالفت نہیں کرتے۔ وہ مجسّم پیار ہوتے ہیں اور سب
سے پیار کرتے ہیں۔ کیونکہ وہ مُتلاشیانِ حق کو اُن کے نِج گھر، اصل منزل کا راستہ
دِکھانے کے لئے آتے ہیں، اِس لئے یہ ضروری ہو جاتا ہے کہ رُوحانی راستہ میں
آنے والے مقامات اور اُن کے حُکمرانوں کے نسبتاً اقتدار اور حیثیت کی صحیح
تفصیل بیان کی جائے تاکہ طالبِ حق کِسی قسم کے وہم کا شِکار ہو کر راستے
میں بھٹک نہ جائے یا کِسی نچلے مقام کو ہی اپنی منزلِ مقصود نہ سمجھ بیٹھے۔

راستے کا ہر مقام نچلے ہر مقام سے اِس قدر بہتر اور دِلکش ہے کہ اگر
مُتلاشی کو صحیح جانکاری دے کر خبردار نہ کیا جائے تو وہ اُسی مقام کو اپنی آخری
منزل سمجھ لے گا اور آگے جانے کا اِرادہ ترک کر دے گا۔ ایسی صُورت میں
مُمکن ہے کہ وہ اُس مقام کے نظاروں میں اِس قدر کھو جائے کہ وہیں کا ہو کر
رہ جائے۔ قیامت اور قیامتِ عظیم تک اُسی جگہ ٹھہرا رہے۔ ایسے سالِکان کو
آواگون کے چکّر میں بار بار نچلی جُونوں میں بھٹکنا پڑے گا اور یہ سلسلۂ تناسُخ
تب تک جاری رہے گا جب تک اُن کی تقدیر میں نیک اَوصاف کا اِتنا
بھنڈار اکٹھا نہیں ہو جاتا، جِس کی بدلت وہ دوبارہ اِنسانی جامہ کے حقدار
بن سکیں۔ فُقرائے کامِل ہدایت کرتے ہیں کہ اصلی رُوحانی سفر فقط اِنسانی جامہ
میں ہی مُمکن ہو سکتا ہے۔ اِس لئے کیوں نہ اِسی جنم میں اُس کی تکمیل کی جائے۔

دُوسری بات یہ ہے کہ اگر کِسی سالِک کو پہلے ہی اِس بات کا عِلم ہو کہ
اِس عالمِ فانی اور آخری رُوحانی مقام کے، بیچ میں آنے والے مقامات فقط عارضی
آرام گاہیں ہیں تو وہ تب تک چین کی سانس نہیں لے گا جب تک کہ وہ اُس
لافانی منزل جو ابدی سکُون کا سرچشمہ ہے، میں رسائی نہیں کر لیتا۔ اِس لئے
فُقرائے کامِل کا اصل مقصد مُتلاشیانِ حق کو صحیح تعلیم دینا ہے۔ اِس لئے

وہ مُتلاشیان کو رُوحانی سفر کے راستے میں آنے والے مقامات کی جانکاری دیتے ہُوئے سب سے اُونچے مقام، مقامِ حق (سچ کھنڈ) اور اُس کے مالک ست پرش کی صفت و ثنا کرتے ہیں تاکہ راہِ حق پر گامزن ہونے والوں کے دِل میں اِس حقیقت کے بارے میں کِسی قِسم کے شک وشُبہ کی قطعاً کوئی گُنجائش نہ رہ جائے اور وہ کِسی وہم یا غلط فہمی کا شِکار ہوکر اپنے اصل مقصد سے نہ بھٹک جائیں۔

اِس حقیقت کے بیان میں درویشانِ حق کا کوئی ذاتی مفاد یا غرض شامل نہیں ہوتی۔ اُنکی تعلیم کا واحد مقصد فقط رُوح کی عظمت کا بیان کرنا اور مالکِ کُل کے ساتھ اُس کے رشتے کو ظاہر کرنا ہوتا ہے۔ جس سے ہمیں اِس امر کا بخوبی علم ہوجائے کہ رُوح کی کوئی الگ ہستی نہیں ہے بلکہ بیداری کی مُختلف حالتوں میں وہ پرماتما کی ہی صُورت ہے۔ بیداری کی سب سے اعلےٰ اور عظیم کیفیت کو حاصل کرنا ہی اِنسانی زندگی کا نصبُ العین ہے اور یہی خُدا کا وِصال ہے۔ موجُودہ حالت میں ہم دُوئی میں مُنقسم 'مَیں میری'، اچھائی بُرائی اور اِس قسم کے دُوسرے اوہام اور شکُوک کا شِکار بنے بیٹھے ہیں۔ فُقرائے کامل ہمیں سمجھاتے ہیں کہ ہمیں کِس طرح اِن سب عیُوب سے اُوپر اُٹھ کر اصل بیداری کی سب سے اعلےٰ کیفیت کو حاصل کرنا ہے۔ اِس لئے جب وہ راستے کے مقامات اور اُن کے حکمرانوں کا ذِکر کرتے ہیں تو وہ دراصل ہمارے سامنے راہ کا ایسا نقشہ پیش کرتے ہیں جس میں منزلِ مقصُود پر پہنچنے سے پہلے اُس کے راستے میں آنے والی آرام گاہوں کی نِشاندہی کر دی گئی ہو۔ اِس لئے جب تک ہم اپنے نِج گھر (اصل مقام) تک رسائی نہیں کر لیتے ہیں، چَین سے نہیں بیٹھنا چاہیئے۔ سنت مہاتما ہمیں یاد دِلاتے ہُوئے خبردار کرتے ہیں کہ کہیں ہم اپنی اصل منزل کو بھُول نہ جائیں۔ ہمارا اِنسانی قالب چندن کے

اُس بیش بہا جنگل کی مانند ہے جس سے ہمیں رُوحانیت کی صُورت میں کروڑوں رُوپے کی دَولت حاصل ہو سکتی ہے لیکن اپنی لاعلمی کے سبب ہم اِس جنگل کی لکڑی کو پانچ نفسانی عیوُب کی آگ میں جلا کر اِس کا کوئلہ بناتے جارہے ہَیں۔ یہ بات مُندرجہ ذیل کہانی کے ذریعے بخُوبی سمجھی جا سکتی ہَے۔

ایک بُوڑھا غریب آدمی کِسی جنگل میں رہتا تھا۔ وہ لکڑی کے کوئلے بنا کر اُنہیں بیچ کر اپنی زندگی بسر کرتا تھا۔ ایک بار اُس بُوڑھے آدمی نے جنگل میں بھٹکے ہُوئے ایک بادشاہ کی جان بچائی۔ جس کے عوض میں اُس بادشاہ نے خُوش ہو کر اُس کو خُوبصُورت چندن کے پیڑوں (درختوں) کا ایک باغ بطور انعام دِیا۔ جِن سے نہایت عُمدہ قیمتی اور بے مثال خُوشبُو دار عِطر تیار کیا جاتا تھا۔ اِن پیڑوں میں سے ہر ایک پیڑ اِس قدر قیمتی تھا کہ وہ شخص بغیر کِسی مُشقت کے اِتنی دَولت اِکٹھّی کر سکتا تھا جتنی کہ وہ ساری زندگی کوئلے بنا کر نہیں کما سکتا تھا۔ بے شک وہ بُوڑھا شخص اِنعام کو حاصِل کر کے بہُت خُوش ہُوا لیکن وہ یہ نہیں جانتا تھا کہ کِس قدر بیش بہا دَولت اُس کے ہاتھ لگ گئی ہَے۔ اِس لئے اپنی لاعلمی کی وجہ سے اپنی بسر اَوقات کے لئے چندن کی لکڑی کے بھی کوئلے بنا بنا کر کوڑیوں کے دام بیچتا رہا۔

ایک عرصہ کے بعد اُس بادشاہ کو پھر اُس طرف سے گزُرنے کا اِتّفاق ہُوا۔ اُس نے دیکھا کہ اُس بُوڑھے نے کِس قدر قیمتی چندن کے باغ کو جلا کر راکھ کر دِیا ہَے اور پہلے جیسی مُفلسی کی حالت میں ہی زندگی بسر کر رہا ہے۔ جب بادشاہ نے پُوچھا تو اُسے پتہ چلا کہ وہ بُوڑھا اپنی گُزران کے لئے درختوں کے کوئلے بنا بنا کر بیچتا رہا تھا۔ بادشاہ نے پُوچھا کہ اُس لکڑی کا کوئی ٹکڑا بچا ہو تو بتاؤ۔ بُوڑھے نے جواب دِیا، فقط ایک دو فٹ لمبا ٹکڑا ہی اُس کے پاس باقی رہ گیا ہَے۔ بادشاہ نے اُس سے کہا کہ جس بازار میں وہ کوئلے بنا کر بیچتا رہا

ہے اب اُسی بازار میں اِس ٹکڑے کو بنا کوئلے بنائے لے جائے۔اُس بازار میں کچھ امیر لوگ رہتے تھے۔ اُنہوں نے دیکھا کہ چندن بہت بڑھیا قسم کا ہے۔اور اِس کی خوشبو بھی نہایت لاجواب ہے۔ یہ دیکھ کر وہ سب اُس چندن کی لکڑی کے ٹکڑے کو خریدنے کے لئے تیار ہو گئے۔ نتیجہ یہ ہُوا کہ اُس بوڑھے کو اُس چھوٹے سے ٹکڑے کے ہی سینکڑوں روپے وصول ہو گئے۔

جب وہ بوڑھا رُوپے لے کر بادشاہ کے پاس واپس آیا تو اُس نے کہا، " تُو نے اِس لکڑی کی قیمت کو نہیں جانا۔ اگر تمہیں اِس لکڑی کی قیمت معلوم ہوتی تو تُو نے جو کچھ اِس کے کوئلے بنا کر کمایا، اُس سے لاکھوں گُنا زیادہ دولت، بِنا کسی مُشقت کے لکڑی کو بیچ کر اکٹھی کر لیتا۔" جب بوڑھے کو اپنی جہالت کا احساس ہُوا تو اُس نے بادشاہ سے ویسا ہی ایک اور باغ مانگا تاکہ وہ اُس سے مُناسب فائدہ اُٹھا سکے۔ لیکن بادشاہ نے جواب دِیا کہ ایسا موقعہ زِندگی میں فقط ایک بار ہی مِلتا ہے۔

اِسی طرح اِس اِنسانی قالِب کی اصل قیمت، قدر و منزلت کا احساس مَوت کے وقت ہی ہوتا ہے۔ تب اِنسان کو افسوس ہوتا ہے کہ اُس نے ایسے قیمتی نایاب عطیہ کو کوڑیوں کے دام ہی کھو دیا۔ اِس کے نتیجے کے طور پر اُسے دوزخ اور نِچلی جُونوں میں جانا پڑتا ہے۔ بائیبل میں بھی لکھا ہے کہ ہم حقیر دُنیاوی مفاد کی خاطر رُوحانیت کے پیدائشی حق کو داؤ پر لگا دیتے ہیں۔

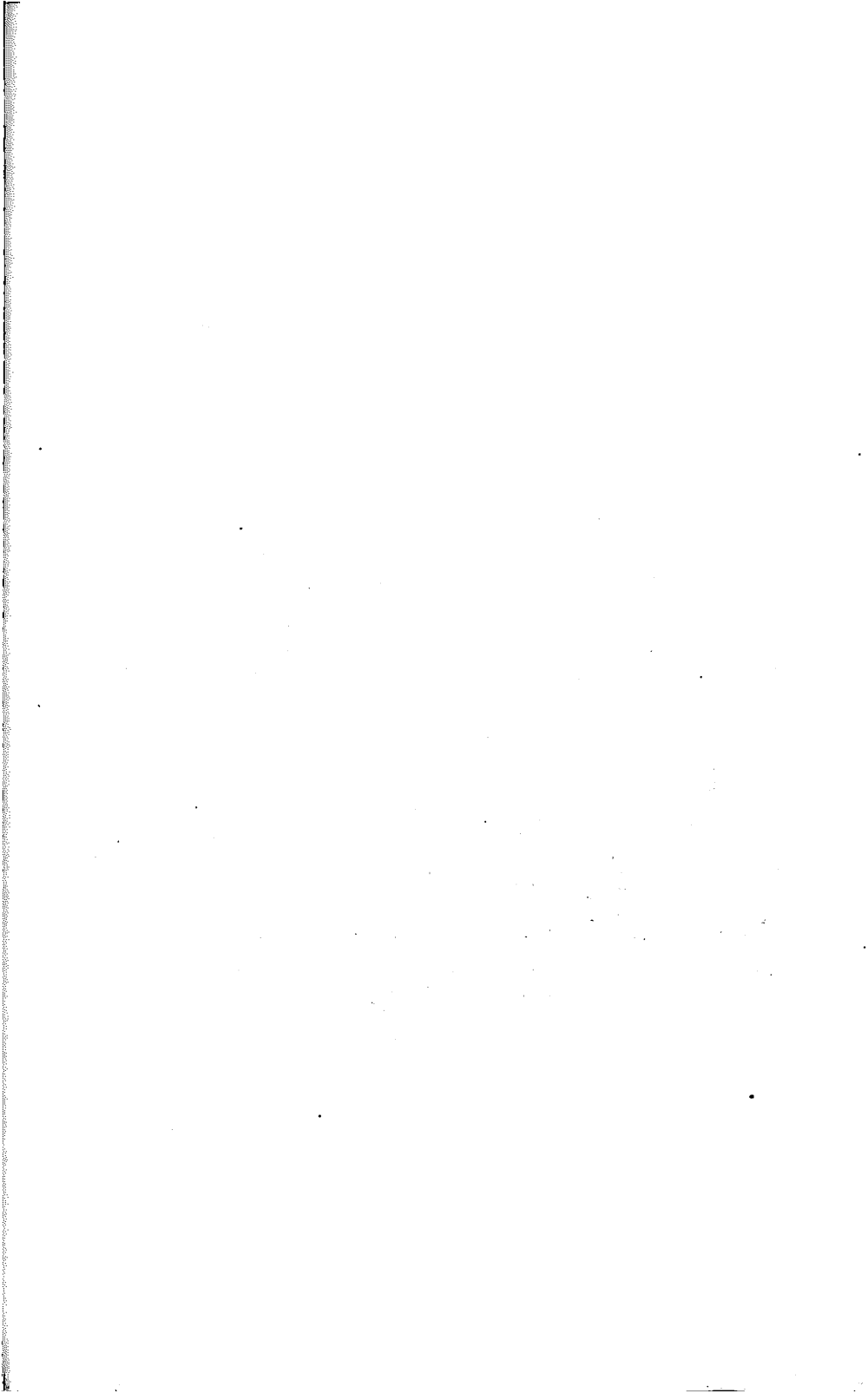
اِس لئے ضروری ہے کہ وہ راستہ اِختیار کیا جائے جو سب سے زیادہ محفوظ، چھوٹا، آسان اور سب سے آگے کی منزل تک جاتا ہو۔ ایسا راستہ فقط سُرت شبد یوگ یعنی شغلِ سُلطانُ الاذکار ہی ہے۔ نِچلے چکروں (مقامات) سے گُزر کر جانے والا راستہ اِس قدر لمبا، محنت طلب اور خطرناک ہے کہ ہزاروں برسوں کی پُر مُشقت مسافت طے کرنے کے بعد فقط سہنس دَل کنول تک ہی

رسائی ہو سکتی ہے۔ اِس کے علاوہ نچلے چکّروں کا راستہ گزشتہ یُگوں میں ہی اپنایا جا سکتا تھا۔ مگر آج اِس کلجگ میں ایک تو ہماری عُمر بہُت چھوٹی رہ گئی ہے۔ دُوسرے اِس قسم کی پُر مُشقت ریاضت کے لئے ہمارے اندر اِتنا دَم بھی نہیں ہے۔

درویشانِ حق کا راستہ اتنا آسان ہے کہ بچّے سے لے کر بُوڑھے اِنسان تک مرد ہو یا عورت، تندرست ہو یا بیمار ہر کوئی بغیر کِسی تکلیف کے اِس پر چل سکتا ہے۔ اِس راستے پر چلنے کے لئے نہ تو دھرم یا مذہب بدلنا پڑتا ہے اور نہ ہی دُنیا سے کنارہ کشی اختیار کرنی پڑتی ہے۔ نہ ہی اپنے رہن سہن کا ڈھنگ بدلنے کی ضرُورت ہے۔ کِسی قسم کے ظاہرا کرم کانڈ، ریتی رواج یا شرعی رسُوم کی پابندی کو اِس میں دخل نہیں ہے۔ فقط خُدا کی بندگی اور عبادت جو ہماری اِنسانی زِندگی کا فرضِ اوّلین ہے، کی ادائیگی کے لئے دو، تین گھنٹے کا وقت وقف کرنا پڑتا ہے۔ کِسی سنت مہاتما سے سُرت شبد یوگ یعنی کلمے کے شغل کا طریقہ سیکھ کر اپنی رُوح کو اُس شبد دُھن (کلمۂ الٰہی) کے ساتھ جوڑنے کی ریاضت کے ذریعے رُوحانیت کے مقصد اور اِنسانی زندگی کے نصبُ العین کو حاصِل کیا جا سکتا ہے۔

مُندرجہ بالا تشریح کا لُبِّ لُباب

1. ہمارا یہ اِنسانی قالِب بے شُمار خزانوں کا سرچشمہ ہے۔ یہ سچّا ہرمندر ہے جِس میں پرماتما رہتا ہے۔
2. اِنسانی وجُود کی اِس حویلی میں بارہ منزلیں ہیں۔ جن کو دو حِصّوں میں بانٹا جا سکتا ہے۔ چھ منزلیں پنڈ میں ہیں، جِنکی حد آنکھوں تک ہے اور باقی چھ، آنکھوں کے اُوپر انڈ اور برہمنڈ میں ہیں۔

3. پرلے یعنی قیامت کے وقت برہم تک کے آٹھ مقامات (چھ چکر جو آنکھوں کے نیچے ہیں اور دو سہنس دل کنول اور ترکٹی جو آنکھوں سے اُوپر ہیں) فنا ہو جاتے ہیں اور قیامتِ عظیم یعنی مہا پرلے کے وقت سچ کھنڈ یا مقامِ حق کے نیچے کے گیارہ مقامات نیست و نابود ہو جاتے ہیں۔ پنڈ کے چھ چکر (جو آنکھوں سے نیچے ہیں) اِن میں دیوی دیوتاؤں کی حکومت ہے۔ اور وہ اِنسان کی مکمل موت ہونے سے پیشتر ہی جسم کو چھوڑ دیتے ہیں۔
4. فقط سچ کھنڈ، ست لوک یا مقامِ حق ہی مستقل اور عالمِ بقا ہے۔ اِس لئے یہی مقام ہمارے رہنے کے قابل ہے جس کے حصول کے لئے ہمیں اپنی پوری کوشش کرنی چاہئے۔
5. سچ کھنڈ تک رسائی حاصل کرنے کے لئے سرت شبد یوگ یعنی شغلِ سلطان الاذکار ہی سب سے زیادہ محفوظ، آسان اور چھوٹا راستہ ہے۔ اِس کی جانکاری فقط کسی مرشدِ کامل سے ہی مل سکتی ہے۔
6. ضرورت فقط اِس بات کی ہے کہ مرشدِ کامل کے ذریعے سمجھائے گئے طریقہ کے مطابق روزانہ بلا ناغہ دو تین گھنٹے رُوحانی شغل کے لئے تحمّل، عقیدت اور لگن کے ساتھ وقت دِیا جائے جس سے ہم اپنے اندر کلامِ الٰہی جو مقامِ حق سے آرہا ہے اُسے سُن سکیں اور نجات پا سکیں۔

نام (کلمہ)

دُنیا کے سبھی مذاہب کے لوگ ـــــ ہندو، سِکھ، مُسلمان، عیسائی، یہودی وغیرہ اِس سچائی کو تسلیم کرتے ہیں کہ نام (کلمہ) کے بغیر مُکتی نہیں مِل سکتی۔ لیکن وہ نام ہے کیا؟ کیا وہ رام، رحیم، کریم، کیشو، گاڈ وغیرہ دُنیا میں جاری ہزاروں ناموں میں سے کوئی ایک ہے؟ کِسی مہاتما کا قول ہے:

ہری کے ہزار نام لاکھ نام کرشن کے
کیشو کے کروڑ نام پدم نام وِشن کے

آپ نے 'وِشنو سہسر نام' کے بارے میں سُنا ہوگا۔ اس میں پرماتما کے ہزار نام دیئے گئے ہیں جن کا پٹھ ہندو بھگت بلاناغہ صُبح اُٹھ کر پاٹھ کرتے ہیں۔ گورُو گوبِند سنگھ صاحب نے اپنی تخلیق 'جاپ صاحب' میں پرماتما کو تقریباً بارہ سو ناموں سے یاد کیا ہے۔ لیکن وہ نام کون سا ہے جس کے بغیر نجات نہیں مِل سکتی؟ ایک صُوفی فقیر کہتا ہے:

بہ نامِ اُو کہ اُو نامے ندارد
بہ ہر نامے کہ خوانی سر بر آرد

مطلب: اُس کے نام سے شروع کرتا ہوں جس کا کوئی نام نہیں ہے۔ لیکن اُسے کسی نام سے بھی پکارو وہ جواب ضرور دیتا ہے۔ یہ بالکل درست ہے۔ اُس قادرِ مطلق کی عظمت سے انکار نہیں کیا جا سکتا۔ لیکن اِس سے کچھ فرق نہیں پڑتا کہ اُسے کس نام سے پکارا جاتا ہے۔ اگر کسی سوئے ہوئے اِنسان کو اُس کا نام لے کر پکارا جائے تو وہ فوراً نیند سے جاگ اُٹھتا ہے۔ اور جواب دیتا ہے۔ تو یہ کیسے ممکن ہو سکتا ہے کہ خُدا جو ہمیشہ بیدار رہے، اپنا نام پکارے جانے پر جواب نہیں دے گا۔ لیکن ہمیں اُس سے گفتگو کرنے کا ڈھنگ معلوم نہیں ہے، ہمیں اُسے پکارنا نہیں آتا۔ کوئی مُرشدِ کامل ہی ہمیں یہ طریقہ سکھا سکتا ہے، جس سے ہم خُدا کو اپنی طرف متوجہ کر کے اُس کی آواز کو سُن سکیں۔ ہمیں یہ علم ہی نہیں کہ شبد یا نام (کلمہ یا کلامِ الٰہی) کہتے کِسے ہیں؟ پلٹو صاحب فرماتے ہیں:

نام نام سب کہت ہیں نام نہ پایا کوئے
نام نہ پایا کوئے نام کی گتی ہے نیاری
وہی شخص کو مِلے جنہوں نے آسا ماری
ہوں کو کرے خموش ہوس نہ تن کو راکھے
گگن گپھا کے بیچ پیالا پریم کا چاکھے
بِسرے بھوکھ پیاس جائے من رنگ میں لاگے
پانچ پچیس رہے وار سنگ میں سوئو بھاگے
آپوئی رہے اکیل بولے بہو میٹھی بانی
سُنتے اب وہ بنے کہا میں کہو بکھانی
پلٹو گورو پرتاپ تے رہے جگت میں سوئے
نام نام سب کہت ہیں نام نہ پائے کوئے
(پلٹو صاحب کی بانی، حصہ اوّل، گنڈلی ۱۱)

اِسی نام کو اُپنشدوں میں ناد اور بائیبل میں 'ورڈ' یا 'لوگاس' کہا گیا ہے۔

"اِبتدا میں کلام (شبد) تھا اور کلام خُدا کے ساتھ تھا۔ اور کلام خُدا تھا۔ یہی اِبتدا میں خُدا کے ساتھ تھا۔
سب اشیاء اُس کے وسیلہ سے پَیدا ہُوئیں اور جو کچھ پَیدا ہوا ہَے اُس میں سے کوئی بھی چیز اُس کے بغیر پَیدا نہیں ہُوئی۔ اِس میں زِندگی تھی اور وہ زِندگی اِنسانوں کا نُور تھی۔" (یوحنا 1 : 1-4)

گورُو ارجن دیوجی کہتے ہَیں :

نام کے دھارے سگلے جنت، نام کے دھارے کھنڈ برہمنڈ

(آدگرنتھ، ص 284)

گوسوامی تُلسی داس جی اپنی مقبُول تصنیف رام چرِت مانس میں فرماتے ہَیں کہ نام، رام اور برہم مُراد پرماتما دونوں سے بڑا ہَے۔ بھگوان رام حالانکہ اُن کی اِس تصنیف کا اِشٹ تھے وہ اُن کے لئے پرشوتم تھے اور جن کی صِفت و ثنا اُنہوں نے اپنے اِس گرنتھ میں کی ہَے، حالانکہ وہ بھگوان رام کو پُورن پرمیشور کا اوتار تسلیم کرتے تھے، پھر بھی وہ بے جھجک لکھتے ہَیں :

کہوں کہاں لگ نام بڑائی، رام نہ سکیں نام گُن گائی

نام کی صِفت کہاں تک کروں۔ رام بھی اِس کی صِفت وثنا نہیں کرسکتے۔ آگے پھر فرماتے ہَیں :

اگُن سگُن دوؤ برہم سرُوپا، اکتھ اگادھ اناد انُوپا
مورے مت بڑ نام دوؤ تے، کئے یہ ہی یگ نج بس نج بُوتے

(بال کانڈ 23)

یعنی پرماتما کی نِرگُن اور سرگُن دونوں صُورتیں لابیان، لازمان اور

لاجواب ہیں۔ لیکن نام دونوں سے بڑا ہے۔ کیونکہ اُس نے دونوں کو اپنے قابو میں کر رکھا ہے۔ آپ آگے فرماتے ہیں:

اس پربھو ہِردیں اچھت ابکاری، سکل جیو جگ دِین دُکھاری
نام نِروپن نام جتن تیں، سوؤ پرگٹت جم مول رتن تیں

(بال کانڈ 23)

مطلب: باوجودیکہ وہ پرماتما جو تبدیلی سے بالاتر ہے، سب کے اندر مقیم ہے۔ پھر بھی دُنیا کے تمام لوگ دُکھی ہیں۔ نام کے مخفی راز کو سمجھ کر نام کا شغل کرنے سے پرماتما ایسے ظاہر ہو جاتا ہے، جیسے رتن کی چمک سے اُس کی قیمت سامنے آجاتی ہے۔ آپ آگے فرماتے ہیں:

رام ایک تاپس تیئے تاری، نام کوٹ کھل مُکت سُدھاری
سبری گیدھ سُوسیوکن سُگت دینہہ رگھوناتھ
نام اُدھارے امِت کھل وید وِدت گُن گاتھ
رام سُوکنٹھ وِبھیشن دوؤ، راکھے شرن جان سب کوؤ
نام انیک غریب نواجے، لوک وید ور وِرد وِراجے

(بال کانڈ 24-25)

مطلب: رام نے تو فقط اہلیا، شبری اور جٹائیو کو ہی نجات بخشی۔ لیکن نام سے بے شمار نیچ پاپیوں کا اُدھار ہو گیا ہے۔ سب جانتے ہیں کہ رام نے سُوکنٹھ اور وِبھیشن کو ہی پناہ دی۔ جبکہ نام کے طفیل اَن گنت گنہگاروں پر رحمت کے دروازے کھُل گئے۔ سُوکنٹھ اور وِبھیشن کو رام نے کیسے اپنی حفاظت میں لیا اور نام نے کیسے بے شمار فریادیوں کو اپنے فضل اور کرم سے محفوظ کیا، ساری دُنیا اِس سے واقف ہے اور ویدوں میں بھی اِس کا بیان مِلتا ہے۔

اب قُدرتی طَور پر طالِب کے دِل میں سوال اُٹھتا ہے کہ جس نام، شبد یا کلمے کی فقرائے کامِل نے اِتنی صِفت وثنا کی ہے وہ دراصل ہے کیا؟ کیا وہ کوئی لفظ یا آواز ہے۔ کیا وجہ ہے کہ سنت مہاتما اُس طاقت کو رام اور پرماتما سے بھی بڑا کہتے ہیں۔ یقیناً یہ کوئی لفظ یا الفاظ کا مجموعہ نہیں ہو سکتا۔ محض الفاظ کائینات کی تخلیق نہیں کر سکتے اور نہ ہی وہ مُردوں میں جان پھونک سکتے ہیں۔ گورُو انگد دیو جی کہتے ہیں کہ نام نہ تو زبان کے ذریعے بولا جا سکتا ہے، نہ آنکھیں اُسے دیکھ سکتی ہیں اور نہ کان اُسے سُن سکتے ہیں۔

اکھی باجھہو ویکھنا وِن کنا سُننا
پیرا باجھہو چلنا وِن ہتھّا کرنا
جیبھے باجھہو بولنا ایئو جیوت مرنا
نانک حُکم پچھان کے توُ خصمے مِلنا

(آدگرنتھ، ص 139)

گورُو صاحبان کے فرمان کے مُطابق یہ حُکم ہی ورڈ، لوگاس یا نام ہے۔ دِل میں شک پیدا ہو سکتا ہے کہ آواز کائینات کو کیسے پیدا کر سکتی ہے؟ اور کیسے اِسے چلا سکتی ہے؟ سو یہ عقل اور بحث مُباحثے کا مضموُن نہیں ہے۔ عقل ہمیں فقط ایک حد تک لے جا سکتی ہے۔ اُس سے آگے ہمیں باطن میں اپنے ذاتی مُشاہدات کی مدد لینی پڑتی ہے۔ اور جب تک ہماری اندرُونی آنکھ نہیں کھُل جاتی یا باطن میں رُوحانیت کے راز آشکار نہیں ہو جاتے، ہمیں اُن خُدا رسیدہ ہستیوں کے تجربات کا سہارا لینا پڑے گا، جو اپنے اندر اُس حقیقت کا مُشاہدہ کر چُکے ہیں۔ یعنی عقل اور دلیل کو بالائے طاق رکھ کر یقین اور اعتقاد

سے کام لینا ہوگا۔

اب سوال اُٹھتا ہے کہ باطن میں اصلیت یا ربیّ راز سے کیسے آشنا ہُوا جا سکتا ہے یا نام یا ورڈ کا بھید کیسے حاصل کیا جا سکتا ہے۔ اِس کے لئے ہمیں نام کے محرم، کِسی راہِ حق کے واقِف کار مُرشدِ کامِل کی پناہ میں جانا پڑے گا۔ گورُو امرداس جی فرماتے ہیں :

نامے ہی تے سبھ کچھ ہوآ بِن ستگور نام نہ جاپے
گُور کا سبد مہارس مِیٹھا بِن چاکھے ساد نہ جاپے

(آدگرنتھ، ص 753)

سوامی جی مہاراج بھی فرماتے ہیں کہ درحقیقت وہ دُھن آتمک شبد ہی 'نام' ہے۔

نام نِرنے کرُوں بھائی دُودھا وِدھی بھید بتلائی
ورن دُھن آتمک گاؤں دووُ کا بھید درساؤں
ورن کہو چاہے کہو اکشر جو بولا جائے رسنا کر
لِکھن اور پڑھن میں آیا اُسے ورناتمک گایا

...

ملیں گورُو نام دُھن بھیدی سُرت دُھن دُھنی سنگ بیدھی

...

ورن میں بھیکھ جگ بھُولا مرم دُھن سنت کوئی تولا
ورن جپ جپ پچیں بھیکھی مِلے کچھُ پھل نہیں نیکی
بھید دُھن کا نہیں پایا نام پھل ہاتھ نہیں آیا
جپیں نِت سہس اور لاکھا کھُلے نہیں نیک اُن آنکھا

...

مِلا نہیں گوُرو دُھن بھیدی — لِکھاوے دُھن مِٹے کھیدی
کال نے بُدّھی اُن چھیدی — مُفت نر دیہہ اُن دے دی
دَیا کر سنت گوہراویں — ذرا نہیں چِت میں لاویں
پانچ دُھن بھید بتلاویں — سُرت کی راہ دِکھلاویں

(سار بچن، بچن ۱۰، شبد ۱)

شبد کی عظمت بیان کرتے ہُوئے آپ فرماتے ہیں :
شبد ہی سُور شبد ہی چندا، شبد بِنا جیو رہتا گندا
شبد رہے سب ہی سے نیارا، شبد کرے سب جیو گُزارا
شبد جانیو سب کا سارا، شبد مانیو ہوئے اُبارا

(سار بچن، بچن ۹، شبد ۵)

یہ قیمتی خزانہ فُقرائے کامِل سے ہی حاصِل ہو سکتا ہے۔ لیکن ہمارا نفس جو ہمارا سب سے بڑا دُشمن ہے ہمیں اِس راستے پر چلنے ہی نہیں دیتا۔ خُدا سے وِصال کے لئے نفس ہمیں طرح طرح کے کرم کانڈ، ریتی رواج اور شرعی رسُوم میں پھنسا کر صحیح راستے سے گُمراہ کرتا ہے۔ کچھ لوگ مندروں، مسجدوں اور گوُردواروں میں جاتے ہیں۔ کچھ مُقدّس ندیوں اور تالابوں میں ڈُبکیاں لگاتے ہیں۔ کچھ تیرتھوں کی زیارت میں لگے ہُوئے ہیں تو کچھ مُورتی اور ٹھاکروں کی پُوجا میں جُٹے ہُوئے ہیں۔ کچھ لوگ مذہبی کتابوں کے پڑھنے پڑھانے میں محو ہیں اور پڑھے لکھے لوگ کِتابی عِلم کی بھُول بھُلیّوں میں کھوئے رہتے ہیں۔ اِن وسائل سے کوئی بھی خُدا کو نہیں پا سکتا۔ خُدا ہم سب کے اندر ہے۔ لوگ اُسے باہر تلاش کرتے ہیں۔ یہ تو بغل میں لڑکا شہر میں ڈِھنڈورا والی بات ہُوئی۔ بہت سے لوگ

یگیہ، ہون، جپ تپ، پُن دان یا اشٹانگ یوگ وغیرہ کا سہارا لیتے ہیں اور اِس طرح اصل راہ سے بھٹک جاتے ہیں۔ ہر یُگ کا اپنا الگ قانون ہوتا ہے۔ اِس لئے مالک کے مِلاپ کے لئے سبھی یُگوں میں ایک جیسے سادھن نہیں ہُوا کرتے۔ جو لوگ اِس کل یُگ میں نام یا شبد کی کمائی یعنی کلمے کی رِیاضت کو چھوڑ کر دُوسرے طرح طرح کے طریقے اِختیار کرتے ہیں، اُن کا سارا وقت فضُول کوشِش میں برباد ہو جاتا ہے۔ اُس کسان کی مثل جو کھیت میں بے موسم بیج بوتا ہے۔ گورُو ارجن صاحب فرماتے ہیں :

کرُتا بیج بیجے نہیں جنمے سب لاہا مُول گوائیدہ

(آدگرنتھ، ص 1075)

اب کلو آئیو رے اِک نام بوؤ ہو بوؤ ہو
اَن رُت ناہی ناہی مت بھرم بھولہو بھولہو

(آدگرنتھ، ص 1185)

سوامی جی مہاراج فرماتے ہیں :

کلجُگ میں بِن نام نِشانی مُکت نہ ہوگی نِشچہ ٹھانی

(سار بچن، بچن 22، شبد 9)

کلجُگ کرم دھرم نہیں کوئی، نام بِنا اُدھار نہ ہوئی

(سار بچن، بچن 38، ماس 3)

پُرانے یُگوں کا قانون آج کے دَور پر لاگو نہیں ہوتا۔ پھر اِس یُگ کا قانون کیا ہے؟ گورُو ارجن صاحب فرماتے ہیں :

کلجُگ مہہ کیرتن پردھانا، گورمُکھ جپئے لائے دھیانا

(آدگرنتھ، ص 1075)

سوامی جی مہاراج فرماتے ہیں :

گورو کہیں کھول کر بھائی، لگ شبد اناحد جائی

بن شبد اُپاو نہ دُوجا، کائیا کا چھُٹے نہ کُوزہ[1]

(سار بچن، بچن 20، شبد 15)

شبد کے شغل کا طریقہ کسی کامل فقیر، پُورے سنت ستگورو سے ہی پایا جاسکتا ہے۔ پلٹو صاحب کہتے ہیں :

سنت سنیہی نام ہے نام سنیہی سنت

نام سنیہی سنت نام کو وہی مِلاویں

وے ہیں واقِفکار مِلن کی راہ بتاویں

جپ تپ تیرتھ برت کرے بہتیرا کوئی

بِنا وسیلہ سنت نام سے بھینٹ نہ ہوئی

کوٹِن کرے اُپائے بھٹک سگروں سے آوے

سنت دُوارے جائے نام کو گھر تب پاوے

پلٹو یہ ہے پران پر آدی سیتی اَو اَنت

سنت سنیہی نام ہے نام سنیہی سنت

سنت مہاتما کہتے ہیں کہ نام دو طرح کا ہے۔ ورن آتمک نام اور دُھن آتمک نام۔ ورن آتمک نام وہ ہے جو دُنیا کی دِیگر الگ الگ زبانوں کی طرح لکھنے پڑھنے اور بولنے میں آتا ہے۔ ورن آتمک نام چار طرح کا ہے:

1. بیکھری (بولا جانے والا) جسے زبان اور ہونٹوں کے ذریعے بولا جاتا ہے۔
2. مدھیما۔ جس کا گلے میں چُپ چاپ جاپ کیا جاتا ہے۔
3. پشنتی۔ جس کا من ہی من اپنے دِل میں جاپ کیا جاتا ہے۔

---

[1] کُوزہ : برتن، مُراد جسدِ خاکی۔

4. پَرا۔ جس کا یوگی لوگ نابھی (ناف) سے ہلور اُٹھاتے ہیں۔

دُنیا میں اِنسان فقط ورن آتمک نام کا ہی اِستعمال کرتا ہے۔ ایسے لاتعداد (اَن گِنت) نام مُختلف مُلکوں اور زبانوں میں رائج ہیں۔ مذہبی کِتابیں اور شاستر اِن ناموں سے بھرے پڑے ہیں۔ لیکن یہ سب نام رُوح کو بندھن سے نجات نہیں دِلوا سکتے۔ نجات دِلوانے والا نام ہر اِنسان کے لئے ایک ہے۔ بلا لحاظ قوم، مُلک، مذہب اور مِلّت کے یہ نام (کلمہ) ہر انسان کے باطن میں دُھنکاریں دے رہا ہے یعنی گُونج رہا ہے۔ یہ نام اِنسان کا بنایا ہُوا نہیں ہے۔ یہ ابدی ہے اور خُود خُدا کا پَیدا کِیا ہُوا ہے۔ یہ نام اُس وقت بھی تھا جب یہ کائینات پیدا نہیں ہُوئی تھی۔ اِس ابدی نام کو دُھن آتمک نام کہتے ہیں۔ وید اور اُپنشد اِسے ناد، آکاش وانی اور اناہت شبد کہتے ہیں۔ اِسی کو حُکم، دُھن، شبد کی دھارا، آڈیبل لائف سٹریم (سُنائی دینے والی جیون دھارا) شبد، انحد شبد، سچّی بانی، گُورُ کی بانی، سچ، سہج، رام دُھن، رام نام، آرتی، کیرتن وغیرہ بے شُمار ناموں سے یاد کیا جاتا ہے۔ مُختلف سنتوں مہاتماؤں نے مُختلف مُلکوں اور مُختلف وقتوں میں مُختلف ناموں سے اِسے بیان کیا ہے۔ مُسلمان فقراء نے اِسے کلمہ، بانگ، نِدائے آسمانی، صَوت، اِسمِ اعظم، آوازِ خُدا، کلامِ الٰہی، سُلطان اَلاذکار، کلام وغیرہ کئی نام دِیئے ہیں۔ حضرت عیسےٰ اِسے ورڈ یا لوگاس کہتے ہیں۔

دُھن آتمک نام کا اِس کثیف یا مادّہ جسم سے کوئی تعلّق نہیں ہے۔ یہ نہ تو لِکھنے پڑھنے اور نہ بولنے میں آتا ہے اور نہ حواسِ خمسہ کی مدد سے جانا پہچانا جا سکتا ہے۔ فقط ہماری رُوح ہی اِسے محسُوس کر سکتی ہے اور وہ بھی تب جب کوئی کامِل مہاتما ہمیں رُوح کو اُس کے ساتھ جوڑنے کا طریقہ بتا دے۔

ورن آتمک نام اور دُھن آتمک نام کے درمیان تمیز اُس وقت ہوتی ہے جب اِنسان مُرشِدِ کامل کے فضل و کرم سے تیسرے تِل یعنی نُقطۂ سویدا پر اپنی توجہ یکسُو کر لیتا ہے۔ جہاں شبد (آوازِ خُدا) یا کلمہ گُونج رہا ہے۔ پھر یہ راز کُھلتا ہے کہ ایک تو زبان سے ادا کیا جانے والا یا لفظی نام ہے۔ اور دُوسرا خُدا کا اصلی نام ہے۔ ورن آتمک نام نفس کی پاکیزگی کیلئے نہایت لازمی ہے۔ کیونکہ جب اُس کے ذریعے کثیف مادّی غلاظتیں دُور ہو جاتی ہیں تو رُوح اور نفس شبد دُھن کے سرُور سے سرشار ہونے لگتے ہیں۔ اور یہ دونوں باطن میں اوپر کو اُٹھنا شروع کرتے ہیں۔ پھر آہستہ آہستہ لطیف غلاظتیں بھی دُھلنی شروع ہو جاتی ہیں اور نفس اور رُوح دونوں مُکمّل طَور پر شبد میں محو ہو جاتے ہیں۔ ورن آتمک نام وسیلہ ہے۔ دُھن آتمک نام مقصد۔ ایک راستہ ہے تو دُوسرا منزل۔

آنکھوں سے نیچے سچّے نام۔ ربّی کلمہ یا عرفانِ حق کا علم نہیں ہو سکتا۔ جب سُرت جسم کے نَو دروازوں میں سے سمٹ کر آنکھوں سے اُوپر، تیسرے تِل یعنی نُقطۂ سویدا پر یکسُو ہو جاتی ہے، تبھی اِس نام کا مُشاہدہ ہوتا ہے۔ مُسلمان فُقرا اِس عمل کو 'مُوتُوا قبل اَن تمُوتُوا' کہتے ہیں۔ یعنی مرنے سے پہلے مرنا۔ عیسائی مہاتما سینٹ پال کا قول ہے۔ 'میں ہر روز مرتا ہُوں'، اِس کا بھی یہی مطلب ہے۔ جب رُوح جیتے جی جسم کے نَو دروازوں میں سے سمٹ کر دسویں گلی میں داخل ہوتی ہے تو اِسے نام، شبد، ندائے سُلطانی یا اللہ کی آواز سُنائی دینے لگتی ہے۔ جو آنکھوں کے پیچھے، تیسرے تِل یعنی نقطۂ سویدا پر گُونج رہی ہے۔ بارگاہِ الٰہی سے آ رہی یہ آواز ہمیں ہر وقت، ہر گھڑی اپنے نج گھر سچ کھنڈ (مقامِ حق) کی جانب واپس بُلا رہی ہے۔ لیکن جب تک رُوح تیسرے تِل پر یکسُو نہیں ہوتی ہم اُسے

سُن نہیں سکتے۔ تیسرے تِل پر خیال اکٹھا ہوتے ہی یہ آواز ہمیں سُنائی دینے لگتی ہے۔ یہ دُھن (آواز) ہی نام، شبد یا ربیّ کلمہ ہے — نہ عربی نہ فارسی اور نہ ہی کسی اور زبان میں — یہ خُدا کی اپنی زبان ہے، جسے ہر اِنسان اپنے باطن میں بخُوبی سُن اور سمجھ سکتا ہے۔

سب سنتوں مہاتماؤں نے خواہ وہ کسی مُلک، دھرم یا ذات سے کیوں نہ تعلّق رکھتے ہوں، اِسی راستے کو اختیار کیا ہے۔ یہی گورُو نانک، کبیر، مَولانا رُوم شمس تبریز اور دُوسرے سب سنتوں کا راستہ ہے۔ گورُو امر داس جی کہتے ہیں:

نَو در ٹھاکے دھاوت رہائے، دسویں نج گھر واسا پائے
اُوتھے انحد شبد وجہہ دِن راتی، گورمتی شبد سُنا ونیا

(آدگرنتھ، ص 124)

حضرت بُو علی قلندر کہتے ہیں:

چشم بندو گوش بند و لب ببند
گر نہ بینی سِرِّ حق برما بخند

(مثنوی بُو علی قلندر، ص 30)

مطلب: اپنی آنکھیں، کان اور ہونٹ بند کرلے اگر پھر بھی خُدا کا راز تُم پر آشکار نہ ہو تو ہم پر ہنس۔

جب مکّے کے قاضی رُکن الدّین نے گورُو نانک صاحب سے پُوچھا کہ خُدا کہاں رہتا ہے تو آپ نے جواب دِیا:

اُچّے خاصے محل تے دیوے بانگ خُدائے
سُتے بانگ نہ سُن سکے رہیا خُدا جگائے
سُتی پئی نِبھاگ سبھ سُنے نہ بانگاں کوئے
جو جاگے سوئی لہے سائیں سندی سوئے

لفظوں (شبدوں) کے پاٹھ یعنی جاپ کے بارے میں آپ فرماتے ہیں:

پڑھ پڑھ گڈی لدیئے ، پڑھ پڑھ بھریئے ساتھ
پڑھ پڑھ بیڑی پایئے ، پڑھ پڑھ گڈیئے کھات
پڑھیہہ جیتے برس برس ، پڑھیہہ جیتے ماس
نانک لیکھے اِک گل ، ہور ہَومَیں جھکھنا جھاکھ

(آدگرنتھ ، ص 467)

مولانا رُوم کہتے ہیں :

اِسم خواندی رَو مُسمّیٰ را بجُو
بے مُسمّیٰ اِسم کَے باشد نکُو (مثنوی، دفتر 1، ص 355)

مطلب : تم نے نام پڑھ لیا، جا نام والے کی کھوج کر۔ نامی کو حاصل کئے بغیر نام کے وِرد سے کیا فائدہ ؟

کبیر صاحب خبردار کرتے ہیں کہ کیا حاصل اُس کے نام کا وِرد کرنے سے، اگر تُمہیں اُس کا دِیدار نصیب نہ ہُوا؟ اگر دَھن دَولت کی باتیں کرنے سے ہی لوگ دَولت مند ہو جاتے تو دُنیا میں کوئی غریب نہ رہتا۔

آپ فرماتے ہیں :

بِن دیکھے بِن ارس پرس کے، نام لئے کیا ہوئے
دَھن کے کہے دھنی جو ہوئے، نِردھن رہے نہ کوئے

نام کا خزانہ ہمارے اندر ہے مگر اُس کی چابی ستگورُو (مُرشد) کے پاس ہے۔ برہمنڈ اور پیچ کھنڈ ہمارے اندر ہیں۔ لیکن مُرشدِ کامل کی مدد کے بغیر کوئی بھی وہاں تک رسائی نہیں کر سکتا۔ اُس کے لئے دو باتیں لازمی ہیں۔

1. مُرشدِ کامل اور اُس پر مُکمّل بھروسہ۔
2. مُرید کے دِل میں نام کی رِیاضت کے لئے مضبُوط اِرادہ، گہری

طلب اور لگن کا ہونا۔

دُنیا کی دُوسری دَولتوں کی طرح نام کی دَولت کی کمائی (کلمہ کی ریاضت) کے لئے بھی سخت محنت درکار ہے۔ اِس کے حصُول کے لئے دُنیا کی طرف سے بے نیاز ہونا پڑتا ہے۔ یہ صرف باتوں یا زبانی جمع خرچ کا مضمُون نہیں ہے۔ اِسے حاصِل کرنے کے لئے گھر بار چھوڑ کر جنگلوں اور پہاڑوں میں بھی جانے کی ضرُورت نہیں ہے۔ سنت مہاتما تلقین کرتے ہیں کہ دُنیا میں رہو مگر دُنیا کے ہی نہ ہو جاؤ۔ اپنے گھر پریوار اور دُوسرے رشتہ داروں کی نِسبت اپنے فرائض سرانجام دیتے ہُوئے، اپنی تمام ذِمّہ داریاں نبھاتے ہُوئے اپنا کاروبار بھی کرو لیکن خُدا کی عِبادت میں کوتاہی نہ کرو۔ بدستُور اپنے بھجن سمرن (رُوحانی شغل) کو بِلاناغہ کم سے کم تین گھنٹے کا وقت ضرُور دو۔ اِنسانی زندگی کا اصل مقصد خُدا کا وِصال ہے۔ گورُو ارجن صاحب کا قول ہے:

کئی جنم بھئے کیٹ پتنگا، کئی جنم گج مین کرُنگا
کئی جنم پنکھی سرپ ہوئیو، کئی جنم ہیور برکھ جوئیو
مِل جگدیش مِلن کی بریا، چرنکال ایہہ دیہہ سنجریا

(آدگرنتھ، ص 176)

ماں باپ، بال بچّے اور پریوار تو ہمیں ہر جنم میں مِلتے رہے ہیں۔ کھانا پینا اور سونا دُنیاوی عیش و عشرت اور دِیگر نفسانی خواہشات کی تکمیل بھی ہر جُونی میں ہوتی رہی ہے۔ اِنسانی جامے کی ایک ہی خصُوصیت ہے اور وہ یہ کہ فقط اِسی قالِب میں خُدا سے وِصال کا شرف حاصِل ہو سکتا ہے۔ اِسی جامے میں ہی چوراسی کے جیل خانے سے ہمیشہ کے لئے چھٹکارا پایا جاسکتا ہے۔ یہ شرف کسی اور جامہ کو حاصِل نہیں ہے۔ ہمیں چاہیئے کہ ہم اِس نادر موقعے سے فائدہ اُٹھائیں۔ کسی مُرشدِ کامِل کی کھوج کریں، اُس سے نام یعنی کلمے

کا بھید لے کر اپنے نِج گھر مقامِ حق واپس پہنچ جائیں، جہاں سے دوبارہ اِس دُنیا میں نہیں آنا پڑے گا۔

درویشانِ حق اِس کام میں ہماری مدد کرنے کے لئے آتے ہیں۔ وہ چوروں، ٹھگوں اور گنہگاروں کو بھی اپنے فضل و کرم سے نوازتے ہیں۔ چرند پرند غرضیکہ تمام ذی حیات سے محبّت کرتے ہیں۔ خواہ کوئی کپڑا کِتنا ہی مَیلا یا گندگی سے کیوں نہ بھرا ہو، دھوبی کبھی بھی اُسے دھونے سے اِنکار نہیں کرتا۔ کیونکہ وہ جانتا ہے کہ پہلی دُھلائی میں نہیں تو دُوسری دُھلائی میں وہ ضرور اُسے صاف کر لے گا۔ اِسی طرح سنت مہاتما سنگین سے سنگین گنہگار کو بھی خالی نہیں لَوٹاتے۔ اُسے بھی اپنی پناہ میں لے لیتے ہیں۔ اُن کی توجہ نفس اور مادّیت کی گندگی کے نیچے پوشیدہ رُوح کی پاکیزگی پر ہوتی ہے۔ جب ہم ایسے فقرائے کامل کی ہدایت پر عمل کرنے لگتے ہیں تو رُوح کی کثافتیں دُھل جاتی ہیں۔ اُن کا پیغام سُرت شبد یوگ یعنی کلمے کے شغل کا ہے۔

ظاہر ہے کہ صرف شبد ابھیاسی (کلمۂ الٰہی کا شاغل) اور شبد صُورت مہاتما ہی مُرشدِ کامل ہو سکتا ہے۔ جو خُود کلمہ کا شاغل نہیں۔ وہ مُرشدِ کامل نہیں۔ مُرشدِ کامل کلمہ کا شاغل، مقامِ حق کا واقفِ کار اور خُدا کا ہمراز ہوتا ہے۔ وہ اپنے مُریدوں کو بھی پانچوں رُوحانی مقامات اور وہاں کے حاکموں کے نام، الگ الگ مقام کی اپنی اپنی روشنی اور آواز وغیرہ اور دیگر خصُوصیات کی تفصیل بتاتا ہے۔ اِس طرح مُرشدِ کامل اپنے مُریدوں کو سہنس دَل کنوَل اور برہم لوک وغیرہ کو عبُور کرنے میں اُن کی اِمداد کرتا ہے۔ اور سچ کھنڈ یعنی مقامِ حق کے ازلی مقام میں لے جاتا ہے جو لافانی اور ابدی سکُون و سرُور کا گھر ہے۔

اور پرلے (قیامت) اور مہاپرلے (قیامتِ عظیم) کی زد سے باہر ہے۔

سب سے پہلے یہ سمجھ لینا ضروری ہے کہ نام کی بخشش یا بیعت ہونے کا اصل مقصد خدا سے واصل ہونا اور اپنے اصلی گھر مقامِ حق میں رسائی کرنا ہے۔ دھن دولت اکٹھی کرنے یا مان بڑائی حاصل کرنے کی غرض سے نام کے عطیہ کا غلط استعمال ہرگز نہیں کرنا چاہیئے۔ لوگ اکثر ردھیوں سدھیوں (غیبی طاقتوں) کے پیچھے بھاگتے ہیں اور جب اُن کو پالیتے ہیں تو انکو آزمانے کی ہوس کو روک نہیں سکتے۔ ردھی سدھی اور ایسی طاقتیں کلمے کے شاغل کو ازخود حاصل ہو جاتی ہیں۔ لیکن اُسے اِن کی طرف دھیان نہیں دینا چاہیئے کیونکہ یہ رُوح کو اپنے قبضے میں رکھنے کے لئے شیطان کے ہتھکنڈے ھیں۔ حضور مہاراج بابا ساون سنگھ جی اپنے مریدوں کو اِن طاقتوں کے استعمال سے اکثر منع کیا کرتے تھے۔ آپ فرمایا کرتے تھے کہ اِن طاقتوں کا اِستعمال کرنا اپنے خُون پسینے کی کمائی کو فضول برباد کرنا ہے۔

اِس اِنسانی قالب میں رُوحانیت کے بے شمار قیمتی خزانے ہیں۔ اِس لئے سچے مُتلاشی کو چاہیئے کہ وہ وِصالِ حق کے لئے راہِ حق پر ثابت قدمی سے چلتا رہے۔ اور راستے میں آنے والے نظاروں اور رکاوٹوں سے اپنے آپ کو بچا کر رکھے تاکہ وہ اپنے اصل مقصد کو حاصل کرسکے۔

دُوسری بات یہ ہے کہ جب تک شاغل باطن میں نام کے ساتھ وابستہ نہیں ہو جاتا تب تک وہ اپنی خُودی (ہومے) سے اُوپر نہیں اُٹھ سکتا۔ اِس بندھن سے نجات نہیں پا سکتا۔ پُن دان، ہٹھ کرم، جپ تپ جیسے نیک اعمال رُوح کو نفس اور مادیت کی قید اور آواگون کے چکر سے چھڑا نہیں سکتے۔

پھل کی خواہش سے کئے گئے نیک اعمال سونے کی زنجیروں کی مانند ہیں۔ اور بُرے اعمال لوہے کی بیڑیوں کی طرح ہیں۔ دونوں قسم کے اعمال ہمیں حیات اور موت کے جیل خانے میں بند رکھتے ہیں۔

اِس لئے مُتلاشئ حق کو از خُود فیصلہ کرنا ہوگا کہ کیا وہ نَو دروازوں میں مُقیّد رہنا چاہتا ہے یا کسی کامل مُرشد سے، نَو دروازوں سے اُوپر اُٹھ کر شبد دُھن کے ساتھ وابستہ ہونے کا طریقہ سیکھنا چاہتا ہے؟ البتہ نام کی کمائی کیلئے لگاتار سخت محنت اور تحمّل مزاجی درکار ہے۔ اگر ہم رُوحانی شغل میں اُتنا ہی وقت صَرف کریں جتنا کہ ہم اپنے دُنیاوی کام کاج میں لگاتے ہیں تو یقیناً نجات پا جائیں۔

افسوس کی بات تو یہ ہے کہ ہم شہوانی لذات سے مُنہ نہیں موڑ سکتے۔ حالانکہ ہم ہر روز کہتے بھی ہیں اور سُنتے بھی ہیں کہ خُدا ہمارے اندر ہے۔ لیکن پھر بھی ہم حواسِ خمسہ کی لذّات کو ترک نہیں کرتے اور خُدا کا خوف دِل میں نہیں لاتے۔ کِسی چھوٹے بچّے کے سامنے ہم کوئی بُرا فعل کرنے کی ہِمّت نہیں کرتے۔ لیکن کون سا ایسا عظیم گُناہ ہے جو خُدا کو حاضر ناظِر مانتے ہوئے بھی ہم نہیں کرتے۔ افسوس ہے کہ ہمیں تو خُدا کا اِتنا بھی ڈر نہیں جِتنا کہ ایک چھوٹے بچّے کا۔ جب تک ہمارے دِل میں خُدا کا سچّا خَوف پیدا نہیں ہوتا، کامیابی کی اُمید رکھنا بے سُود ہے۔ درحقیقت خوف اور پیار ساتھ ساتھ چلتے ہیں۔ گورُو نانک صاحب کا فرمان ہے کہ جو خُدا سے خَوف کھاتے ہیں، اصل میں وہی اُس سے محبّت کرتے ہیں:

نانک جِن من بھَو تِنہا من بھاوُ

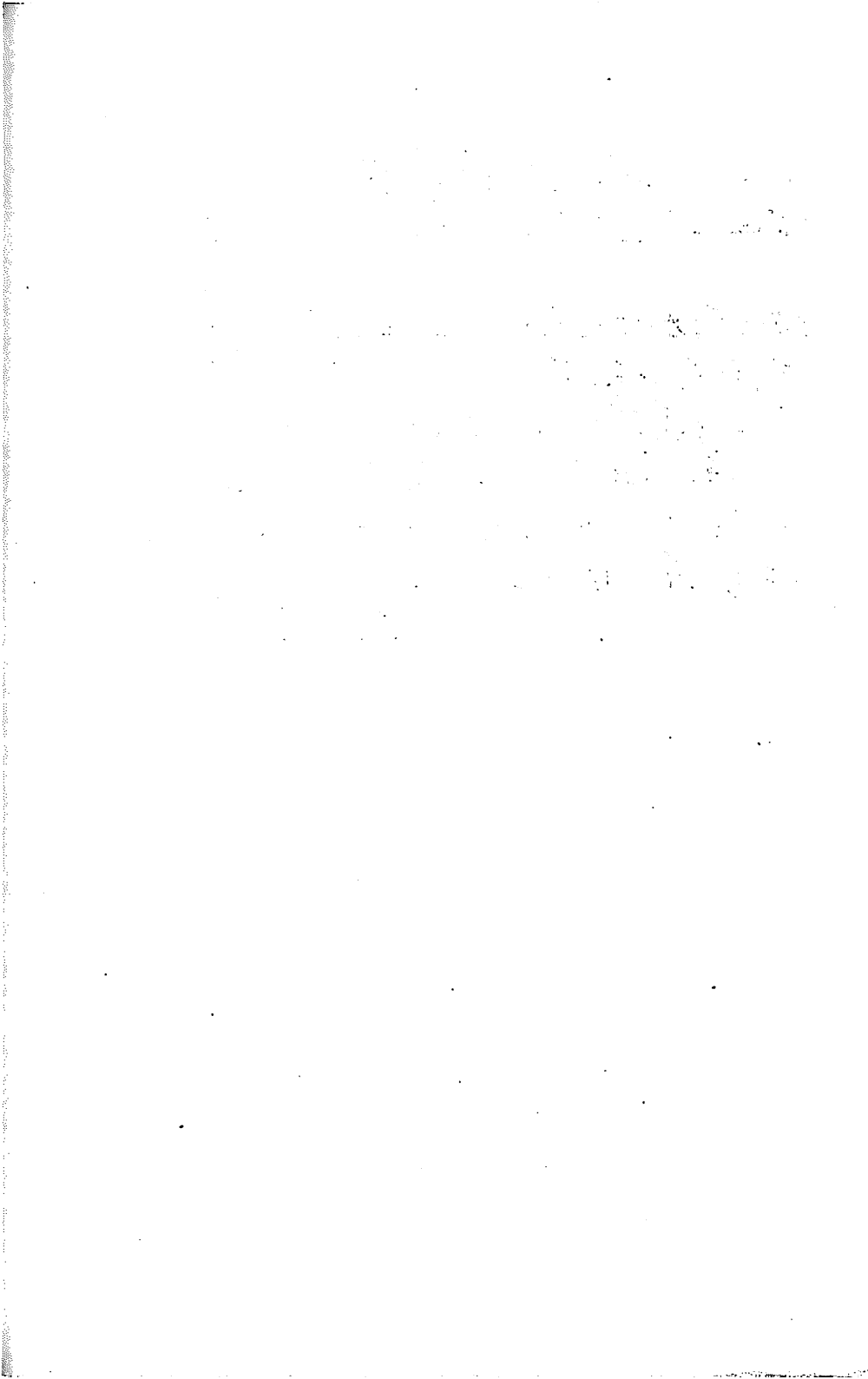
(آدگرنتھ، ص 465)

مندرجہ بالا تشریح کا لبِّ لباب

1. اِس عالمِ حوادث میں کوئی بھی سُکھی نہیں ہے۔
2. سچّا سُکھ تبھی حاصل ہوگا جب ہم اِس دُنیا کا لگاؤ چھوڑ کر مُرشدِ کامِل کے بتائے ہوئے راستے پر چلتے ہوئے اپنی توجہ کو نقطۂ سویدا پر یکسُو کر کے اپنے اصلی گھر مقامِ حق میں واپس پہنچ جائیں گے، جو ابدی سکون اور لا اِنتہا سرُور کا مقام ہے۔ یہ کام صرف اِنسانی زِندگی میں ہی ہو سکتا ہے۔
3. نام کی کمائی (کلمے کا شغل) کے بغیر اپنے اصلی گھر لَوٹنا اور خُدا سے مِلاپ نا مُمکن ہے۔
4. نام کا بھید صرف مُرشدِ کامِل سے ہی مِل سکتا ہے۔
5. نام (کلمہ) نہ تو لکھنے پڑھنے اور بولنے میں آتا ہے اور نہ ہی یہ حواسِ خمسہ کا مضمُون ہے۔
6. نام (کلمۂ الٰہی) ہمارے اندر ہے اور ہر وقت سُریلی اور دِلکش آواز کی صُورت میں گُونج رہا ہے۔ صرف رُوح ہی اُس کا مُشاہدہ کر سکتی ہے۔
7. اِنسانی وجُود کے اندر نُقطۂ سویدا پر اپنی توجہ کو یکسُو کر کے ہی ہم ربّی کلمہ سے وابستہ ہو سکتے ہیں۔
8. ہمارا مقصد اُس مقام تک رسائی کرنا ہے جو سلسلۂ تناسُخ یعنی حیات اور موت کی زد سے باہر قائم و دائم ہے۔
9. جَپ تپ، ہَجم، پُن دان، مُقدّس مقامات کی زیارت وغیرہ اچھے

اور نیک اعمال ضرور ہیں، لیکن یہ ہمیں آواگون کے چکّر سے باہر نہیں نکال سکتے۔ نیک اور بد اعمال کا پھل پانے کے لئے ہمیں اِس دُنیا میں آنا پڑتا ہے۔

10. صرف خُدا کے گھر سے آنے والا نام (کلمہ) ہی ہمیں اُس مقام تک لے جا سکتا ہے، جہاں سے وہ آرہا ہے۔ اور یہ کام بھی فقط ہمارے شبد صُورت، شبد ابھیاسی ستگُرو کی ہدایت کے مُطابق رُوحانی شغل کے ذریعے، ہی مُمکن ہو سکتا ہے۔

11. اگر ہم نے اِنسانی قالب میں خُدا کے حصُول کا اصل مقصد پُورا نہ کیا تو ہم حیات و مَوت کی اتھاہ کال کوٹھڑی میں ہی پڑے رہیں گے۔

رُوح کا عالمِ فانی میں آنا اور مقامِ حق واپس پہُنچنا

ہماری رُوح ست نام کے سمُندر کی بُوند ہے۔ یہ اُس مالکِ کُل کا انش ہے جو تمام عِلم، قوّت اور ابدی سکُون کا سرچشمہ ہے۔ جو سب کا پیدا کرنے والا ہے جس کا نہ اوّل ہے نہ آخر۔

اپنے اصل مقام ست نام (مقامِ حق) سے جُدا ہو کر رُوحیں نفس (من) کے دیش برہم میں اُتریں۔ خواہشات کے بندھنوں میں گرفتار عالمِ حوادث کے جیل خانے میں قید ہو گئیں۔ وہ اپنے مالک ست نام اور اپنی اصل کو بھُول گئیں۔ رُوحوں نے نفس کے تابع جو بھی اعمال کئے اُن کی بدولت وہ دُنیا کی غلاظتوں میں دھنستی چلی گئیں۔ اِس طرح رُوحیں عالمِ فانی میں مقیّد ہو کر رہ گئیں۔ اُن کی خواہشات ہی اُن کو یہاں باندھ کر رکھنے والی اُن کی زنجیریں بن گئیں۔ جیسے جیسے رُوحیں اپنے اصل مقام سے دُور ہوتی چلی گئیں، وہ اپنے نوُری سرچشمہ کے تئیں بے خبر ہوتی گئیں اور اُن پر تہہ بہ تہہ لاعلمی کے نقاب اور اِس مادّی دُنیا کے میلے غِلاف چڑھتے گئے۔

اِس طرح رُوح دُوئی میں پھنس گئی۔ اور خُودی کے مضبُوط اور موٹے

پردوں میں بند ہو گئی۔ خواہشات اور ناپاک خیالات کے سبب اِس کا نوُر کم ہوتا گیا۔ یہ نفس کے تابع من کی راہ پر چلتے چلتے راہِ حق سے گمراہ ہو کر اپنے اصل سے دُور ہوتی چلی گئی۔ اِس طرح بِالآخر اپنی عظمت کو بالکل کھو بیٹھی۔ حالات یہاں تک بدتر ہو گئے کہ اسے اب اتنا بھی یاد نہیں رہا کہ مَیں لافانی اور ابدی ہُوں۔ اب یہ اپنے آپ کو مادّی جسم ہی خیال کرنے لگی ہے۔

کارن لوک (لطیفُ اللطیف مقام) میں آکر رُوح نے کارن (لطیف اللطیف) وجُود اختیار کر لیا۔ جب یہ اور نیچے سُوکشم طبقے میں آئی جو مہا مایا کا دیش ہے تو اِس کو اور سُوکشم (لطیف) لِباس اِختیار کرنا پڑا۔ اور پھر جب اِس عالمِ فنا (دُنیا) میں اُتری تو یہ مادّی جسم میں قید ہو کر رہ گئی۔ قِصّہ کوتاہ کہ جیسے جیسے رُوح پستی کی جانِب گرتی گئی اُسی قدر اپنے نوُر سے محرُوم ہوتی چلی گئی۔

نتیجہ یہ ہُوا کہ اِس دُنیا میں ہم جو بھی اعمال کرتے ہیں وہ لاعلمی اور جہالت کے پسِ پردہ کرتے چلے جاتے ہیں۔ اُسی طرح جیسے کوئی اندھا اِنسان اندھیرے میں ٹٹول ٹٹول کر چل رہا ہو۔ مادّیت کے اِن حجابات کے سبب رُوح کا نوُر بہت مدّھم پڑ جاتا ہے۔ عقل اور فہم ناپاک ہونے لگتی ہیں جس کے سبب ہم ہمیشہ دُکھوں اور مُصیبتوں میں پھنسے رہتے ہیں۔ نفس نہایت کمزور ہے۔ اور دُنیاوی لذّات کا عاشق ہے۔ حواسِ خمسہ کا غُلام ہونے کی وجہ سے یکے بعد دیگرے غلطی پر غلطی کرتا رہتا ہے۔ چونکہ رُوح اور نفس (من) کی مضبُوط گانٹھ بندھی ہُوئی ہے، اِس لئے یہ جو بھی اعمال کرتا ہے، رُوح کو بھی اُس کی سزا بُھگتنی پڑتی ہے۔

یہ دُنیا دُکھوں کا گھر ہے۔ خواہ کوئی راجہ ہو یا بھکاری۔ امیر ہو یا غریب۔ عورت ہو یا مرد۔ بچہ ہو یا بوُڑھا، کوئی بھی سُکھی نہیں ہے۔ سب دُکھی ہیں۔ گوُرُو نانک صاحب کا قول ہے:

نانک دُکھیا سب سنسار (آدگرنتھ، ص 954)

مشہور مہاتما سہجو بائی لکھتی ہے:

دھنونتے سب ہی دُکھی، نِردھن دُکھ کا رُوپ
سادھ سُکھی سہجو کہے پائیو بھید انُوپ

(سہجو بائی کی بانی، ص 15)

سوامی جی مہاراج نے جنم سے لیکر مَوت تک جن جن دُکھوں میں سے اِنسان کو گزرنا پڑتا ہے اُن کی عکاسی مُندرجہ ذیل شبد میں یوُں فرمائی ہے:

پرتھم اساڑھ ماس جگ چھایا	آسا دھر جو گربھ سمایا
آس آڑلے جیو بھلایا	گھر کو بھوُل دُکھ اَتی پایا
کرم ویگ نے باہر ڈالا	مایا کِنہا بہُو جنجالا
بال اَوستھا اَتی دُکھ پاوے	ویدن بھاری نِت ستاوے
مُکھ بولے نہ سَین چلاوے	کاہُو دُکھ اپنا نہ جناوے
دُکھ میں رووے اَتی بِلاوے	مات پِتا بُدھی کام نہ آوے
دُکھ کچھ ہے اوشدھی کچھ کری ہیں	اُلٹ پُلٹ سنتاپے دے ہیں
بال پنا اَتی دُکھ میں بیتا	بھئی کشور کھیل متی لیتا
مات پِتا چاہیں پڑھوانا	یہ رہے نِس دِن کھیل دِیوانہ
مار پیٹ پِتُو مات گھنیری	وہ بھی دُکھ کی بھاری ڈھیری
یہ بھی دِن دُکھ غفلت بیتے	سُکھ نہ پایا رہے اب رِیتے
ترُن اَوستھا آون لاگی	من ترنگ اب چھِن چھِن جاگی
چاہ اُٹھی تب کری سَگائی	بیاہ ہوا گھر ناری آئی
ناری دیکھ من اَتی ہرکھانا	بیڑی بھاری سو نہیں جانا

ماتت پتا کا حق سب بھولے — دِن اور رات ناری سنگ جھولے
گھٹتی چلی لگن پتو ماتا — ناری پُتر سنگ من اَتی راتا
فکر پڑا اُدیم کا جب ہی — در در بھرمے دُکھ اَتی سہہ ہی
سو ان سمان کری گتی اپنی — دھن کا بہرن دھن کی جپنی
دھن پایا تو ہُوا انندا — اَن مِلتے پڑا دُکھ کا پھندا
گرہہ کارج اب نت ستاویں — کُل اَور جاتی بہت بھرماویں
سب کا بوجھ بھار سر لینہا — اب تڑپے جس جل بن مینا
مُورکھ نے یہ بھار اُٹھایا — اب دُکھن سے بہو گھبرایا
بھرمت پھرے سُکھ کے کارن — سُکھ نہیں مِلا ہُوا دُکھ دارُن
کئے اپنے کو بہو پچھتاوے — پر اب کچھو پیش نہیں جاوے
کُل کلیش بہو ورشن لاگے — ورشا رِتو اساڑھ اب جاگے

• • •

(سار بچن، بچن 38، ماس ۴)

جب یہ حالت ہے اُس اِنسانی زندگی کی جسے ہم اشرف المخلوقات، نرنارائنی دیہہ، ٹاپ آف دی کری ایشن کہتے ہیں تو نچلی جُونیوں میں رُوحوں کی کیا حالت ہوتی ہوگی؟ ہر روز اِنسان کی خُوراک کے لئے لاکھوں کی تعداد میں معصُوم، بے قصُور بھیڑ بکریاں اور دُوسرے جانور ذبح کئے جاتے ہیں۔ اُن معصُوموں کی دَرد بھری چیخ و پُکار کی ہم کوئی پرواہ نہیں کرتے۔ کیا ہم نے کبھی سوچا ہے کہ اگر اُن کے ہاتھوں میں چھُریاں اور کلہاڑیاں ہوں اور ہماری گردن اُن کے نیچے ہو تو ہماری کیا حالت ہوگی؟ جب ہماری تندرُستی کے پیشِ نظر ایک ڈاکٹر انجکشن لگانے کے لئے سُوئی سامنے لاتا ہے تو ہم میں سے کئی لوگوں کا جسم تھر تھر کانپنے لگتا ہے۔ مگر ہمیں اُس سچائی کا کبھی احساس نہیں ہوتا کہ ہم کس

بے رحمی کے ساتھ جانوروں کا شکار کرتے ہیں اور اُنہیں کس قدر دُکھ پہنچاتے ہیں۔ جب ہم پرندوں کو گولی کا نشانہ بناتے ہیں تو وہ کس قدر تڑپتے، چیخنے اور چلّاتے ہیں۔ زخمی جانور کس طرح کراہتے ہُوئے اپنی جان دے دیتے ہیں۔ جب مچھلی کو کُنڈی میں پھنسا کر اُسے کھینچا جاتا ہے تو وہ کس طرح بے چینی کی حالت میں تڑپتی ہے۔ اور اپنی جان بچانے کی ناکام کوشش کرتی ہے۔ بیلوں، گھوڑوں اور خچرّوں کی حالت کس قدر دُکھ بھری ہے۔ گاڑیاں، تانگے بوجھ سے بُری طرح لدے ہوتے ہیں اور وہ بے چارے کھینچ نہیں سکتے۔ اُونچی نیچی، ٹوٹی پھُوٹی سڑکوں پر اُنہیں دوڑنے کے لئے مجبُور کیا جاتا ہے۔ اُن کی گردن پر گھاؤ ہوتے ہیں، پیٹھ زخموں سے بھری ہوتی ہے اور اُوپر سے تڑاتڑ چابک برستے ہیں۔ پھر جب وہ بُوڑھے اور ناکارہ ہو جاتے ہیں تو اُنہیں بے سہارا چھوڑ دیا جاتا ہے یا قصائیوں کے حوالے کر دیا جاتا ہے۔ وہ بے چارے کس کے آگے جا کر فریاد کریں۔ کس عدالت میں اِنصاف کی بھیک مانگیں۔

ظاہر ہے کہ رُوح کو ہر زندگی میں دُکھ ہی دُکھ سہن کرنے پڑتے ہیں۔ جہاں بھی یہ جاتی ہے، دُکھوں اور مُصیبتوں میں ہی گھِری رہتی ہے۔ نفس اور حواسِ خمسہ (اِندریوں) کا ساتھ لینے کی وجہ سے اِس کی یہ دردناک حالت ہو گئی ہے۔ ایک راجکُماری جس کی کِسی راجکُمار سے شادی ہونی تھی اور جس نے رانی بن کر راج دربار کا سُکھ بھوگنا تھا، وہ اپنے اعلیٰ خاندان کو بھُول کر ایک ادنےٰ غلام کے ساتھ بھاگ گئی، جو اُس سے گھٹیا کام کرواتا ہے۔ نفس (من) کا گھٹیا اور گندے اعمال سے جی نہیں بھرتا۔ یہ حواسِ خمسہ کی لذّات کے پیچھے بھاگتا ہے۔

یہ مثال رُوح کی کیفیت کی صحیح عکّاسی کرتی ہے۔ یہ رُوح رُوپی راجکُماری

پوری طرح نفس کے بس میں آ گئی ہے۔ اس تعلق میں رُوح کو سوائے دُکھوں اور مُصیبتوں کے کچھ بھی نصیب نہیں ہوتا پھر نفس بھی آزاد نہیں ہے۔ وہ حواسِ خمسہ کی لذّات یعنی ' کام، کرودھ، لوبھ، موہ اور اہنکار کا غلام ہے۔ نفس (من) اور رُوح آپس میں اتنی مضبُوطی کے ساتھ بندھے ہُوئے ہیں کہ من کے کئے ہوئے بداعمال کی سزا ساتھ ساتھ رُوح کو بھی بھگتنی پڑتی ہے۔
یہ چار کھانیوں[1] (جنسوں) میں بھٹکتی پھر رہی ہے۔ جہاں بھی جنم لیتی ہے اسے دُکھوں اور مُصیبتوں کا ہی سامنا کرنا پڑتا ہے۔ اِنسانی قالب ہی نجات کا ایک واحد موقع تھا جس کا اُس نے فائدہ نہیں اُٹھایا۔ خُدا نے اُس کو اِنسانی جامے کا قیمتی موقع اِس لئے عنایت فرمایا تھا کہ وہ اُس کی بندگی کرکے ہمیشہ کے لئے چوراسی کے اِس بڑے جیل خانے سے آزاد ہو سکے۔ مگر اِسکی بدنصیبی کہ اِس نے اِس سُنہری موقع سے کوئی بھی فائدہ نہ اُٹھایا۔ اس کے برعکس اِس نے یہ نادر موقع دُنیا کی عیش وعشرت اور شہوانی لذّات میں کھو دیا۔ اِس نے اِندریوں کے بھوگوں کو ہی سب کچھ سمجھا۔ اِس سلسلے میں ایک عام کہاوت ہے: " ایہہ جگ مِٹّھا اگلا کِن ڈِٹّھا "
قُدرت فضُول خرچ نہیں ہے۔ اگر رُوح اِس اِنسانی قالب کا اپنے اصل مقصد کے حصُول کے لِئے صحیح اِستعمال نہیں کرتی تو اُس کو اگلا جنم ایسا دِیا جاتا ہے جس میں یہ اپنی خواہشات کو اچھی طرح پُورا کر سکے۔ نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ رُوح نیچے ہی نیچے گرتی چلی جاتی ہے اور آخرکار دوزخ میں جا گرتی ہے۔
اِنسان چوراسی کی سیڑھی کے سب سے اُوپر والے ڈنڈے پر کھڑا ہے۔ کِسی مُرشدِ کامل کی ہدایت پر عمل کرکے یہ کوٹھے کی چھت یعنی سَت لوک۔

---

[1] چار کھانیاں 1. انڈج، 2. جیرج، 3. سیتج، 4. اُتبھج

اپنے اصل گھر پہنچ سکتا ہے۔ لیکن بڑے افسوس کی بات ہے کہ مُرشد کی ہدایت کے برعکس جہالت کے باعث، یہ نفس اور حواسِ خمسہ کے مُطابق عمل کرتا ہے اِس طرح ترقّی کرنے کی بجائے یہ سیڑھی کے آخری ڈنڈے سے نیچے آ گرتا ہے۔ مُمکن ہے کہ ایسا اِنسانی قالب دوبارہ حاصِل کرنے کے لئے کئی یُگ لگ جائیں۔

اعمال کی سرزدگی اور جزا اور سزا کا جاری یہ سِلسلہ کبھی ختم نہ ہوتا اگر وہ کُل مالِک اپنے فضل وکرم سے ہماری اِس نہایت دُکھی اور مُصیبت زدہ حالت پر ترس نہ کھاتا۔ جب اپنے پیارے بچے رُوح کو اُس نے ایسی دردناک مُصیبت زدہ حالت میں دیکھا تو اُس بحرِ فضل وکرم میں سے رحمت کی لہریں جوش میں آئیں اور وہ ہمیں اِس رنج والم کے گہرے بھنور میں سے نِکالنے کے لئے اِنسانی لِباس پہن کر ہمارے درمیان آ گیا۔ سوامی جی مہاراج فرماتے ہیں:

رادھا سوامی دھرا نر رُوپ جگت میں، گُورُو ہوئے جیو چِتائے
جِن جِن مانا بچن سمجھ کے، تِن کو سنگ لگائے

(سار بچن، بچن ۱، شبد 2)

جب ایک نالائق بیٹے کو پولیس اُس کی بدکاریوں کی وجہ سے جیل خانہ میں ڈال دیتی ہے تو اُس کا باپ اُس کے لئے دَوڑ دھوپ کرتا ہے۔ اپیل دائر کرتا ہے اور اعلےٰ عدالت تک مقدمے کی پیروی کرتا ہے۔ خواہ باپ اپنے بیٹے کی سیاہ کاریوں کی وجہ سے اُس سے ناراض بھی ہو، پھر بھی وہ مُصیبت میں اُس کا ساتھ نہیں چھوڑتا۔ اگر ایک دُنیاوی باپ اپنے جذبۂ محبت کے باعث اپنے بیٹے کے لئے اِتنا کچھ کرتا ہے تو کیا وہ رحمٰن اُلرحیم باپ جو مُحبت کا ساگر ہمیں اِس طرح رنج والم میں گرفتار دیکھ کر ہماری اِمداد کے لئے نہیں آئے گا؟ درویشانِ حق بیک آواز اِس امر کی تصدیق فرماتے ہیں کہ وہ ضرور آئے گا اور وہ آتا ہے۔

کبیر صاحب کا قول ہے :

اوگن میرے باپ جی بکسو غریب نواج
جو مَیں پوت کپوت ہوں تو وُ پتا کو لاج

(کبیر ساکھی سنگرہ ، حصّہ دوئم، ص 97)

مولانا رُوم فرماتے ہیں :

آں پادشاہِ اعظم، دربستہ بُود مُحکم
پوشید دلقِ آدم، یعنی کہ بر در آمد

(دیوانِ شمس تبریز ، ص 136)

مطلب : کُل مالک نے اپنے آپ کو مضبُوط دروازے کے پیچھے بند کر لیا ہے اور اب خُود ہی اِنسان کا لِباس پہن کر دروازہ کھولنے کے لئے آیا ہے۔ پھر فرماتے ہیں :

خاموش پنج نوبت بِشنو زِ آسمانے
کاں آسمان بیرُوں زاں ہفت و ایں شش آمد

(ایضاً، ص 138)

مطلب : خاموش بیٹھ اور اُن پانچ نوبتوں کو سُن جو آسمان سے آ رہی ہیں۔ اُس آسمان سے جو اِن چھ چکروں (سمتوں) اور اُن سات آسمانوں سے اُوپر ہے۔

سائیں بُلھے شاہ کہتے ہیں :

مَولا آدمی بن آیا، اوہ آیا جگ جگایا

گورُو رام داس جی کی صِفت وثنا میں گورُو ارجن صاحب فرماتے ہیں:

ہرجیو نام پریئو رام داس

(آدگرنتھ ، ص 612)

خُدا ہماری ہی خاطر اِنسانی لباس پہن کر آتا ہے۔ کیونکہ فقط اِنسان ہی دُوسرے اِنسان کی رہنمائی کر سکتا ہے۔ دیوی دیوتا ہم نے کبھی دیکھے نہیں۔ گائے، بھینسیں نہ فقط فہم و اِدراک سے محرُوم ہیں بلکہ اُن کی بولی بھی ہم نہیں سمجھ سکتے۔ بھگوان کرِشن، کبیر صاحب، حضرت عیسےٰ، حضرت محمد صاحب، گورُو نانک دیوجی، سوامی جی مہاراج اور دِیگر تمام سنت، مہاتما، رِشی مُنی، پیر پیغمبر، اولیاء، اِس دُنیا میں اِنسانی وجُود میں ہی آئے ہیں۔ جب بھی کُل مالک ہمیں، اپنے اصل گھر سے گمراہ، بھُولے بھٹکے لوگوں کو، اپنی درگاہ کی سُوجھ بُوجھ اور پہچان دینا چاہتا ہے ہمیشہ اِنسانی لباس میں ہی اِس دُنیا میں آتا ہے۔ اگر وہ کِسی دُوسری صُورت میں ظاہر ہوتا تو ہم اُس کی زبان ہی نہ سمجھ سکتے۔ اِس کے عِلاوہ فقط ہم جِنسوں میں ہی قُدرتی لگاؤ اور آپسی کشِش پیدا ہو سکتی ہے۔ نِچلی جُونوں میں بھی ایسا ہی باہمی جذبۂ محبّت پایا جاتا ہے۔ اگر وہ کُل مالک خُود ہمیں اپنی حقیقت سے آشنا نہ کرتا، اپنا پتہ اور پہچان نہ دیتا تو اُس کے بارے میں ہمیں قطعی جانکاری نہ ہوتی۔ وہ اپنے مہر و کرم یعنی قُدرتی جذبۂ محبّت کی بدَولت ایک رہنما یا گورُو کی صُورت میں ہمارے درمیان آتا ہے۔ اُس کی رحمت اور محبّت کا دائرہ کِسی خاص قوم، مذہب یا مُلک تک محدُود نہیں ہوتا۔ بلکہ سبھی قوموں، مذہبوں اور مُلکوں کے بنی نوعِ اِنسان اُس کی اپنی ہی تخلیق ہیں اور وہ سب کے ساتھ ایک جیسا برتاؤ کرتا ہے۔ سبھی دیش، دھرم اور ذاتیں اُس کی اپنی ہوتی ہیں۔

فُقرائے کامل اُس خُداوندِ کریم کی اپنی ہی بھیجی ہوئی سرکاریں ہوتی ہیں اور اُن کی تعلیم کُل عالم کے واسطے یکساں ہوتی ہے۔ کامل مہاتما ذات پات، رنگ رُوپ اور مذہبی تنگ دِلی سے بالاتر ہوتے ہیں۔ دُنیاوی رسم و رواج، ظاہری شکل و صُورت، مُعاشرت، کرم کانڈ یا مذہبی شریعت

کے ساتھ اُن کا کوئی واسطہ نہیں ہوتا۔ سنت مہاتما سب دھرموں کو ایک نظر سے دیکھتے ہیں اور سب کے ساتھ ایک جیسا پیار کرتے ہیں۔ آپ کا فقط اتنا ہی کہنا ہے:

بھائیو! یہ دُکھوں اور مُصیبتوں سے بھری دُنیا تمہارا اصلی گھر نہیں ہے۔ تُم اُس ابدی سچ کھنڈ (مقامِ حق) کے باشندے ہو، جو دائمی سکون اور ابدی سُرور کا سرچشمہ ہے، جہاں دُکھ، درد، رنج و الم اور موت کا نام و نشان تک نہیں ہے۔ رُوح کی کوئی ذات یا مذہب نہیں ہے۔ یہ امرِ ربّی ہے۔ خُدا کی ہم ذات ہے۔ سَت لوک (مقامِ حق) اس کا اصل وطن ہے اور عشقِ الٰہی اِس کا ایمان اور دھرم ہے۔ تُم سب اُس لامحدُود قادرِ مُطلق کی اولاد ہو جو لافانی، قائم و دائم ہے۔ تُم یہاں نفس اور مادّیت کے تحت حیات اور موت کے چکّر میں پڑے ہُوئے ہو۔ یہ اِنسانی جامہ ہی فقط اِس جیل خانے سے نکلنے کا ایک واحد راستہ ہے۔

کبیر صاحب فرماتے ہیں:

چل ہنسا سَت لوک کو چلئے، چھوڑو یہ سنسارا ہو

سوامی جی مہاراج فرماتے ہیں:

دھام اپنے چلو بھائی، پرائے دیش کیوں رہنا
کام اپنا کرو جائی، پرائے کام نہیں پھنسنا
نام گورُو کا سمہالے چل، یہی ہے دام گنٹھ بندھنا

(سار بچن، بچن 19، شبد 18)

سبھی فُقرائے کامل بس ایک ہی بات کہتے ہیں۔ مولانا رُوم خبردار کرتے ہیں:

"یہ دُنیا ایک جیل خانہ ہے اور ہم سب اِس میں قید ہیں۔
چلو اِس جیل کی چھت کو پھاڑ کر اِس میں سے باہر نکل جائیں۔"

ہماری رُوح وقُوفِ اعلےٰ (مہاچیتن) ہے۔ یہ وقُوف (چیتنا) اور اُس عظیم بحرِ حیات کی ایک بُوند ہے۔ یہ رُوح بذاتِ خُود پاک وصاف ہے۔ لیکن نفس اور مادیّت کی صحبت میں یہ نہایت ناپاک اور غلیظ ہو چُکی ہے اور یہی وجہ ہے کہ یہ کبھی نہ ختم ہونے والے دُکھوں اور مُصیبتوں سے گھری ہُوئی ہے۔ رُوح اَبدی سکُون اور دائمی سُکھ کی کھوج میں ہے۔ کبھی کِسی شے میں سُکھ تلاش کرتی ہے اور کبھی کِسی شے میں۔ لیکن اِس تغیر پذیر عَالمِ فنا میں دائمی سُکھ اور چَین کہاں؟ یہاں تو کوئی بھی سُکھی نہیں ہے۔ ہر اِنسان اپنی ایک الگ دُکھ بھری داستان لئے پھرتا ہے۔ کوئی اِس لئے دُکھی ہے کہ اُس کی شادی نہیں ہوتی اور کوئی اپنی بیوی کے ہاتھوں دُکھی ہے۔ دونوں ہی اپنی اپنی جگہ دُکھی ہَیں۔ کِسی کو اولاد نہ ہونے کا غم ہے اور کوئی زیادہ اولاد کے ہاتھوں دُکھی ہے۔ کِسی کو اپنا دِیا ہُوا قرضہ وصُول کرنے کی فِکر ہے اور کوئی قرضہ ادا نہ کر سکنے کی فِکر میں مُبتلا ہے۔ کوئی اِس لئے غمزدہ ہے کہ خُدا نے اُس کے بیٹے کو واپس بُلا لیا ہے اور کِسی کے لئے اُس کا بیٹا ہی وبالِ جان ہے۔ سَاری دُنیا رنج و الم، مُفلسی، تنگ دستی اور مصیبتوں کا شِکار ہے۔ راجہ اور بھکاری، امیر اور غریب، بچہ اور بُوڑھا، غرضیکہ کوئی بھی سُکھی نہیں ہے۔ سبھی بے چَین ہَیں۔ دراصل یہ دُنیا ہے ہی دُکھوں کا گھر۔ دائمی سُکھ اور چَین کا یہاں نام و نِشان تک نہیں ہے۔ سکُون و چَین دَھن دَولت سے خریدے نہیں جا سکتے۔ اپنے زمانے کے سب سے زیادہ دولت مند شخص راک فیلر نے ایک بار کِسی مزدُور کو بھاری بوجھ اُٹھائے جاتے دیکھ کر کہا تھا: کاش! مَیں اپنی ساری دولت کے عوض میں اِس کی صحت اور تندرُستی خرید سکتا! اگر کوئی شخص باہری طور پر خُوش وخُرّم دِکھائی دیتا بھی ہے تو اندر سے وہ بھی غم کا مارا ہُوا کِسی نہ کِسی فِکر یا پریشانی میں مُبتلا ہوتا ہے۔ سُکھ ڈھلتے ہُوئے سایے کی مانند ہے جو آخرکار دُکھ کا

سامان بن جاتا ہے۔ گورُو نانک صاحب نے فرمایا تھا کہ بھوگ سے روگ اور روگ سے دُکھ پیدا ہوتا ہے۔ اِس طرح انسان کبھی نہ ختم ہونے والے چکّر میں پھنسا رہتا ہے۔ جو سُکھ دیکھنے میں نہایت دِل پذیر محسُوس ہوتے ہیں، وقت پاکر دُکھوں میں تبدیل ہو جاتے ہیں۔ آپ کا قول ہے :

بہو ساد ہو دُکھ پراپت ہووَے، بھوگہو روگ سو انت وِگووَے
ہرکھہو سوگ نہ مِٹئی کبھہُو، وِن بھانے بھرمائیدہ

(آدگرنتھ، ص 1034)

جس سُکھ کا انجام دُکھ ہے وہ سُکھ سُکھ نہیں۔ سمجھدار لوگ اپنی نظر ہمیشہ انجام پر رکھتے ہیں۔ اِس لئے سنت مہاتما اُپدیش کرتے ہیں کہ یہ دُنیا اپنا گھر نہیں۔ یہاں رنج والم اور دُکھوں کے سوا رکھا ہی کیا ہے؟ اِس لئے جتنی جلدی ہو سکے اِس دُکھوں اور مُصیبتوں کی دُنیا کو چھوڑ کر اپنے اصل گھر ست لوک یعنی مقامِ حق پہنچنے کا سامان کرنا چاہیئے۔ یہ یاد رکھنا ہے کہ فقط اِنسانی زندگی میں ہی یہ کام سرانجام دِیا جاسکتا ہے اِس لئے اِس نادر موقعہ کا پُورا پُورا فائدہ اُٹھانا چاہیئے، کیونکہ ایک لمبے چوراسی لاکھ جُونوں کے سلسلۂ تناسُخ میں لاانتہا دُکھ اور مصیبتیں سہنے کے بعد بڑی خوش نصیبی سے یہ نایاب اِنسانی قالب مُیسر ہوتا ہے۔ زِندگی کا عرصہ بہُت کم ہے اور تیزی کے ساتھ ہاتھ سے نِکلا جارہا ہے۔ اگر باقی ماندہ زندگی میں غفلت سے بیدار نہ ہُوئے تو موقعہ ہاتھ سے نِکل جانے کے بعد پچھتانا بے سُود ہو گا۔ گورُو ارجن صاحب خبردار کرتے ہیں :

لکھ چوراسی جون سبائی، مانس کو پربھ دی وڈیائی
اِس پوڑی سے جو نر چُوکے سو آئے جائے دُکھ پائیدا

(آدگرنتھ، ص 1075)

کبیر صاحب بھی اِسی اَمر کی تصدیق فرماتے ہیں :

کبیر مانس جنم دُلبھ ہے ہوئے نہ بارے بار
جیو بن پھل پاکے بھوُے گرے بہُور نہ لاگے ڈار

(آدگرنتھ، ص 1366)

سوامی جی مہاراج فرماتے ہیں:

یہ تن دُرلبھ تُم نے پایا کوٹ جنم بھٹکا جب کھایا
اب یاکو برتھا مت کھووو چیتو چھن چھن بھگتی کماوو

...

اپنے جیو کی کچھ دئیا پالو چوراسی کا پھیر بچالو
نہیں نرکن میں اَتی دُکھ پیہو اَگنی کُنڈ میں چھن چھن دہیہو
یہ سُکھ چار دِنوں کا بھائی پھر دُکھ سدا ہوئے دُکھدائی

(سار بچن، بچن 16، شبد 1)

سنت مہاتما بار بار تاکید کرتے ہیں کہ حواسِ خمسہ کی لذّات کا راستہ چھوڑ دو۔ پرماتما تُمہارے وجُود کے اندر ہے۔ کسی کامل مہاتما سے طریقہ سیکھ کر اپنے باطن میں داخل ہو کر کھوج کرو۔ اپنی رُوح کو جسم کے نَو دروازوں میں سے نکال کر دسویں گلی میں لاؤ اور اِسے نام (کلمہ) کے ساتھ جوڑو۔ یہ نام (کلمہ) سَت پُرش کی آواز یعنی کلامِ الٰہی ہے۔ جو سیدھی خُدا کی درگاہ سے آ رہی ہے اور دونوں آنکھوں کے پیچھے تیسرے تل (نقطۂ سویدا) پر لگاتار گُونج رہی ہے۔ اپنی توجہ باطن میں آسمان پر جسے اِسلام والے مقامِ اللہ کہتے ہیں یکسُو کرو اور وہاں سے اُوپر بالائی رُوحانی طبقات میں اُڑان بھرو۔ خُدا نے ہم سب کو اپنے محل ــــ مقامِ حق ــــ سے باہر نکال کر ایک مضبُوط آہنی دروازہ (بجر کپاٹ) لگا رکھا ہے۔

گوُرُو انگدیوجی فرماتے ہیں :

نَوَ دروازے کائیا کوٹ ہے دسوے گُپت رکھیجے
بجر کپاٹ نہ کھُلنی گوُرُ سبد کھُلیجے

(آدگرنتھ، ص 954)

یہ بجر کپاٹ (مضبوط دروازہ) فقط مُرشدِ کامل کی مدد سے ہی کھُل سکتا ہے۔ جب تک کوئی کامل رہنما اندر کے اندھیرے راستے اور اُس میں آنے والے پیچیدہ نشیب و فراز کا واقف کار ساتھ نہ ہو باطن میں رُوحانی سفر کا آغاز قطعی مُمکن نہیں گوُرُو ارجن دیوجی فرماتے ہیں :

جِس کا گرِہہ تِن دِیا تالا کُنجی گوُرُ سو پائی
انِک اُپاو کرے نہیں پاوے بِن ستگوُرُ سرنائی

(آدگرنتھ ، ص 205)

راستے میں قدم قدم پر رُکاوٹیں اور مُشکلات پیش آتی ہیں۔ بغیر مُرشدِ کامل کی اِمداد کے شاغل کے لئے اندر رُوحانی سفر اکیلے طے کرنا بہت دُشوار اور خطرناک ہے۔ مَولانا رُوم فرماتے ہیں، " تو رُوحانی سفر کا کوئی جانکار اپنے ہمراہ لے کیونکہ تیرا رُوحانی سفر نہایت خطرناک ہے۔ جس نے بھی بنا مُرشدِ کامل (رہنما) اِس راہ پر چلنے کی کوشش کی، اُسے شیطانی طاقتوں نے گُمراہ کر دِیا۔ اگر تُمہارے سر پر تُمہارے مُرشد کا ہاتھ نہیں ہے تو تُو شیطانی اوہام و شکوک کا شِکار ہو جائے گا۔ جو تُمہیں تذبذب میں ڈالے رکھیں گے۔ تُم سے پہلے تُم سے کہیں زیادہ عقلمند لوگوں نے اِس راہ پر اکیلے گامزن ہونے کی کوشش کی لیکن وہ شیطان کے جال میں پھنس گئے۔"

اگر خُوش نصیبی سے مُرشدِ کامل کا مِلاپ ہو جائے تو دِل و جان سے اُس کے ساتھ محبّت کرو۔ دُنیا اور دُنیا کے سازوسامان سے کِنارہ کشی کرو اور نفس

اور نفسانی لذّات کے راستے کو ترک کرو۔ ستگورو (مُرشدِ کامل) کو ساتھ لے کر اپنے اندر جاؤ۔ مُرشدِ کامل تُمہاری رُوح کو ربّی کلمے کے ساتھ جوڑ دے گا۔ شبد (کلمہ) سے وابستہ ہو کر اُس میں محو ہو جاؤ۔ آہستہ آہستہ رُوح جسم میں سے سِمٹنے لگے گی۔ پہلے ہاتھ پاؤں سُنّ (بے حِس) ہو جائیں گے۔ پھر ٹانگیں اور بازو۔ پھر کندھوں تک جسم خالی ہو جائے گا۔ صبر و تحمّل کے ساتھ مُکمّل بھروسہ رکھ کر اندر منزلیں طے کرتے جاؤ۔ آہستہ آہستہ توجہ تیسرے تِل (نُقطۂ سویدا) پر یکسُو ہو جائے گی۔ اُس کے اندر داخل ہو جاؤ اور باہر کی دُنیا کو بالکل بھول جاؤ۔ تمہیں سب کچھ اپنے اندر ہی مِل جائے گا۔

سب سے پہلے جوت کا دِیدار ہو گا یعنی نُورِ اللہ ظاہر ہو گا۔ جس میں سے میٹھی اور سُریلی شبد دُھن (کلمے کی گونج) اُٹھ رہی ہے۔ اپنی توجہ کو مکمّل طور پر یکسُو کر کے اُس نُور کو دیکھو اور پھر اُس نُور میں داخل ہو کر اُس سے پار نکل جاؤ۔ ہر روز بلا ناغہ یہ شغل بدستُور جاری رکھتے ہُوئے، دُنیا کا پیار کم کرتے ہُوئے اور نام کے ساتھ پیار بڑھاتے جاؤ۔ باطن میں سَت گُورُو (مُرشد) سے تعلّق بنائے رکھنے سے ہی نام سے پیار بیدار ہوتا ہے۔ دُنیاداروں کی صحبت میں ہماری رُوح کا رُجحان پھر حواسِ خمسہ کی جانب ہو جاتا ہے۔ پس مُرشد کی صحبت یعنی اُن کا ست سنگ رُوحانی شغل کے لئے سب سے زیادہ اہم اور لازمی ہے۔ مُرشد سے محبّت ہمیں دُنیا کے پیار سے مُنہ موڑنے اور باطن میں رُوحانی شغل کے لئے ہمّت اور توفیق بخشتی ہے۔

جب شاغل ستگور کی ہدایت کو اپنے عمل میں لاتا ہے تو اُسے باطن میں جوت کا دِیدار ہوتا ہے، کلمے کی گونج سُنائی دیتی ہے۔ جب وہ اپنے آپ کو شبد (ربّی کلمہ) میں جذب کر دیتا ہے تو وہ نفس اور مادّیت کے دائرے سے پار چلا جاتا ہے۔ نام (کلمہ) کے لگاتار شغل کے ذریعے اُسے

دائمی نجات مِل جاتی ہے۔ اور نام کی سیڑھی پر چڑھ کر بارگاہِ الٰہی میں پہنچ جاتا ہے۔ یہ کوئی معمولی کامیابی نہیں ہے۔ اِس لئے اِس کے حصُول کے واسطے خواہ راستے میں کیسی بھی مُشکلات اور مُصیبتیں کیوں نہ پیش آئیں، شاغل کو خندہ پیشانی سے اُن کا مُقابلہ کرنا چاہیئے۔ کیونکہ یہ اِس امر کی یقینی دلیل ہے کہ رُوح اُوپر اُٹھ رہی ہے۔ تمہیں حق کا راستہ مِل گیا ہے۔ اور تُم نام (کلمہ) کے زِینے پر قدم رکھ چُکے ہو۔ بس اب آپ اِطمینان سے اُوپر چڑھائی کرتے چلے جائیں اور ستگورُو (مُرشدِ کامِل) کے مقام پر پہنچ جائیں۔ راہ میں تُم سُنّ (ظُلمات) مہاسُنّ (ظُلماتِ عظیم) کے طبقات کو عبُور کرو گے۔ پھر سوہنگ (ہوتُ الہوت) کو پار کرو گے۔ اِس کیفیت میں پہنچ کر رُوح کو خُدا کا جزو ہونے کا احساس ہونے لگتا ہے۔ جس کی بدولت وہ اپنے مُرشِد کی ہدایت پر صبر و تحمّل کے ساتھ راستہ طے کرتی ہُوئی خُدا یعنی سَت نام (حق) میں سما جائے گی۔ یہ سب کچھُ تب ہی مُمکن ہوتا ہے جب وہ خُدا ہمارے اندر اپنے مہر و کرم سے اپنی محبّت کا خمیر لگا دیتا ہے۔ کیونکہ صِرف اُسی حالت میں ہم کِسی ایسے کامل فقیر کی کھوج میں نِکلتے ہیں جو خُدا کے ساتھ واصِل ہو کر اُس کی صُورت اِختیار کر چُکا ہو۔ ایسے سنت ستگورُو سے نام یعنی کلمہ کا راز لے کر اُس کے مہر و کرم سے اُس کی زیرِ نگرانی اُس کی ہدایت کے مُطابق ہر روز بِلا ناغہ عِبادت میں پُورا پُورا وقت دیتے ہُوئے اگر ایک بار اندر رشبد (کلمہ) کے ساتھ جُڑ جائیں تو ہماری تمام پریشانیاں جاتی رہیں، کیونکہ پھر نام یا ستگورُو ہماری اِس طرح حِفاظت کرتے ہیں جیسے ماں اپنے ننھے بچّے کی۔ گورُو رام داس صاحب اپنی بانی میں حوالہ دیتے ہیں:

جیوں جننی سُت جن پالتی راکھے ندر مجھار
انتر باہر مُکھ دے گراس کھِن کھِن پوچار
تیتوں ستگورُو گورُ سِکھ راکھتا ہرپریت پیار (آدگرنتھ، ص 168)

ایسا موقعہ بار بار نہیں مِلتا۔ ہم کس قدر خُوش نصیب ہیں کہ ہمیں اِنسانی قالِب حاصِل ہُوا ہے۔ سو ہمیں کِسی نام کے واقِف کار کی پناہ میں جاکر اُس سے نام کا بھید حاصِل کر کے نام سے وابستہ ہو جانا چاہیئے۔

جب وہ کُل مالِک ہمیں اپنے پاس واپس بُلا لینا چاہتا ہے تو وہ ہمیں اپنے فضل و کرم سے کِسی مُرشِدِ کامِل کی صُحبت بخش دیتا ہے۔ مُرشِد ہمیں نام کا بھید دیتا ہے۔ ہم جب اُن کی صُحبت میں رُوحانی ترقی کرتے ہیں تو نام ہمارا مُحافظ بن جاتا ہے۔ گورُو نانک دیو جی کی تعلیم ہے کہ ہمیں درویشانِ حق، مالِک کے بھگتوں کی صُحبت کرنی چاہیئے۔ مُرشِدِ کامِل کی پناہ (شرن) کے بغیر نہ تو آج تک کِسی کو پرماتما کا مِلاپ ہُوا ہے اور نہ ہی ایسا کبھی مُمکن ہو سکتا ہے۔ ستگورُو کی دَیا مِہر کے بغیر نام کا بھید نہیں مِلتا اور نام کی کمائی یعنی رُوحانی شغل کے بغیر نجات نہیں ہو سکتی۔ سنت مہاتما اِنسان کے سچے مددگار ہوتے ہیں۔ اُن کے سوا ہمارا کوئی دوست یا مُحافظ نہیں ہے۔

گورُو ارجن دیو جی فرماتے ہیں:

نانک کچڑیاں سِئو توڑ ڈھونڈ سجن سنت پکیا

(آدگرنتھ، ص 1102)

آپ بارہ ماہ میں کہتے ہیں:

جِن جِن نام دھیایا تِن کے کاج سرے
ہر گور پورا ارادھیا درگہہ سچ کھرے
سرب سُکھا نِدھ چرن ہر بھؤجل بِکھم ترے

(آدگرنتھ، ص 136)

مُندرجہ بالا تشریح کا لُبِّ لُباب

1۔ رُوح جو ست نام کا جُزو (انش) ہے، اپنے اصل گھر کا راستہ

بھول چکی ہے۔

2. سچ کھنڈ (مقامِ حق) جو اصل رُوحانی مقام ہے، سے اُتر کر عالمِ فنا تک آتے آتے راستے میں اس نے کارن، سُوکشم اور ستھول —— (لطیف اللطیف، لطیف اور کثیف) جسموں کے غلاف اوڑھ لئے اور اپنے حقیقی رُوحانی سرچشمہ کو بالکُل بھُول گئی۔

3. نفس اور حواس کی صُحبت میں سِلسلۂ تناسُخ یعنی حیات اور موت کے چکر میں پھنس گئی اور اِس طرح بے شُمار جُونیوں میں اِسے لا بیان دُکھ اور مُصیبتیں سہنی پڑیں۔

4. اِس قید سے نجات دِلوانے کے لئے خُدا نے اِسے اِنسانی قالِب عطا فرمایا لیکن اِس نے اِس نادر موقعے کو نفسانی لذّات اور عیش وعشرت میں گنوا دِیا۔

5. وہ رحیم و کریم، مالکِ کُل اِس کی بُری حالت دیکھ کر اِسے غفلت کی نیند سے بیدار کرنے کے لئے اِنسانی لِباس پہن کر مُرشدِ کامل کی صُورت میں آتا ہے۔

6. اب ضرُورت اِس بات کی ہے کہ کِسی مُرشدِ کامل کی صُحبت اختیار کی جائے، اُس سے نام کی بخشِش لے کر مُکمّل بھروسہ، پیار اور لگن کے ساتھ اُس کے بتائے ہُوئے طریقے کے مُطابق لگاتار رُوحانی شغل کے ذریعے اپنے اصل گھر پہنچ کر خُدا میں سما جائے، جس کا یہ جزو (انش) ہے۔

7. یہ سب کچھ اُس مالکِ کُل کی موج پر مُنحصر ہے۔

جگ میں گھور اندھیرا بھاری

اگر اِنسان حواس کی لذّات اور بد اعمال سے مُنہ موڑ کر اپنی رُوح کو اندر نام کے ساتھ جوڑ دے تو ضرور اپنے اصل گھر سچ کھنڈ (مقامِ حق) میں رسائی کر لے گا اور حیات۔ و مَوت کے چکّر سے نجات پا جائے گا۔ نجات یعنی مالکِ کُل کے ساتھ وِصال کا راستہ اِنسان کے اندر ہے۔ مُرشدِ کامل کی ہدایت پر عمل کرنا اپنے اصل گھر واپس پہنچنے کا واحد ذریعہ ہے۔

اِس دُنیا کی اصل صُورت کے پیشِ نظر سوامی جی مہاراج خبردار کرتے ہیں کہ یہاں گھور اندھیرے کے سوا اور کُچھ بھی نہیں ہے۔

جگ میں گھور اندھیرا بھاری تن میں تم کا بھنڈارا

(سار بچن، بچن 44، شبد 12)

درحقیقت یہ دُنیا ایک ایسی نگری ہے جہاں ایک اندھا دُوسرے اندھے کی رہنمائی کر رہا ہے۔ کہا جاتا ہے، کھاؤ پیو اور عیش اُڑاؤ۔ "ایہہ جگ مِٹھّا، اگلا کِن ڈِٹھّا" یہ محض خام خیالی ہے، کیونکہ دُنیا میں کوئی بھی اِنسان سُکھی نہیں ہے۔ ہسپتالوں میں جا کر دیکھو کہ کِس طرح لوگ دُکھ اور درد سے کراہ رہے ہیں۔ قبرستان میں جا کر مرنے والوں کے رِشتہ داروں کی دردناک

آہ و زاری کو سُنو۔ جو لوگ باہر سے دَولت مند اور سُکھی دِکھائی دیتے ہیں وہ بھی فِکر اور تشویش کے بوجھ سے دبے ہُوئے ہیں۔ رُتبہ جِتنا بڑا ہوتا ہے، اُس کی سرداری بھی اُتنی ہی زیادہ ہوتی ہے۔ حکُومت بھی ایک کانٹوں کا بِچھونا ہے۔ وہاں بھی سُکھ یا چین نہیں ہے۔ اگر بڑے بڑے سیٹھ ساہُوکاروں اور اعلیٰ رُتبہ والوں کی یہ حالت ہے تو پھر جو غربت کے مارے مجبُور اور لاچار ہیں، اُن کے دُکھ کا تو ٹِھکانہ ہی کیا ہے؟ اُن بیچاروں کے نصِیب میں سوائے دُکھ درد اور بے بسی کے اور رکھا ہی کیا ہے؟

اِنسان کے پانچوں دُشمنوں کام، کرودھ، لوبھ، موہ اور اہنکار نے اُس کا تمام سُکھ اور چَین چھین رکھا ہے۔ کام کے زیرِ اثر ہم جانوروں جیسے فعل کر گزرتے ہیں۔ شہوانی لذّات کے عادی لوگ اپنی صحت کو بُری طرح برباد کر لیتے ہیں اور پھر عُمر بھر اپنی جہالت پر روتے اور پچھتاتے ہیں۔ کرودھ، اِنسان کی نیک خصلت، رُوح اور نفس کے عُمدہ اَوصاف کو جلا کر راکھ کر دیتا ہے۔ یہ ایک تباہ کُن آتش ہے جو اِنسان کی ساری طاقت کو اپنی لپیٹ میں لیکر راکھ کر دیتی ہے۔ لوبھ، ہمیں اِس فانی دُنیا کے سازو سامان کا غُلام بنا دیتا ہے۔ ہماری عقل پر ایسے جہالت کے پردے ڈال دیتا ہے کہ ہم اپنی نیک اور اعلےٰ اِنسانی خصُوصیات کی سوچ سے بھی محرُوم ہو جاتے ہیں۔ ہمیں اِس دُنیا کی حقیر اور بے معنی اشیاء میں کچھ اِس طرح مائل کر دیتا ہے کہ ہمارے باطن سے پاکیزگی، رحم اور محبّت کے جذبات غائب ہونے لگتے ہیں۔ لالچی اِنسان کی ضرُوریات اور خواہشات کی کوئی اِنتہا نہیں ہوتی۔ اُس کی کبھی تسلّی نہیں ہوتی۔ دُنیا میں سب سے زیادہ مُفلس اِنسان وہ ہے جس کے پاس دولت کے سوا اور کچھ نہیں ہے۔ موہ، اِن تمام عیُوب سے زیادہ خطرناک، عیّار اور مکّار دُشمن ہے۔ اِس کی گرفت میں اِنسان گوشت کے بے جان لوتھڑے کی طرح ہوتا ہے۔

ایسے اِنسان کا کوئی ٹھکانہ نہیں ہوتا۔ وہ بھول جاتا ہے کہ اِنسان اِس دُنیا میں خالی ہاتھ آیا تھا، اور خالی ہاتھ ہی یہاں سے جانا ہے۔ اہنکار، ایک نہایت حقیر قِسم کی خُود غرضی ہے۔ اِن پانچوں عیُوب میں اہنکار سب سے زیادہ خُود سر اور طاقتور ہے۔ کیونکہ یہ زیادہ دیرپا ہے اور سب سے بعد ہی اپنی ہار قبُول کرتا ہے۔ اہنکار کی گرِفت میں اِنسان ہمیشہ اِس غلط فہمی کا شِکار بنا رہتا ہے کہ وہ کبھی غلطی کر ہی نہیں سکتا۔ وہ اپنے ہر فعل کو جائز ٹھہراتا ہے۔

اِس طرح کام، گِراوٹ اور ذِلّت کا سبب بنتا ہے۔ کرودھ، تباہ کُن ہے اور نیک اَوصاف کا دُشمن ہے۔ لوبھ اِنسان کو سنگدل اور بے رحم بنا دیتا ہے۔ موہ، بہکا کر گُمراہ کرتا ہے اور اہنکار، اچھے بھلے اِنسان کی سوچ کو معطل کر کے اُسے ہمیشہ دھوکا دیتا ہے۔

سمُندر میں بڑی مچھلی چھوٹی مچھلی کو کھا جاتی ہے۔ اِسی طرح زمین پر بھی ایک جانور دُوسرے جانور کو اور ایک پرندہ دُوسرے پرندے کو کھا جاتا ہے۔ باز چِڑیوں اور کبُوتروں وغیرہ کو، اور چھوٹے پرندے کیڑوں مکوڑوں کو کھا جاتے ہیں۔ شیر چیتے بھیڑ بکریوں کو کھا جاتے ہیں۔ اور بھیڑ بکریاں بناسپتی کو چر جاتی ہیں اور اِنسان نے تو ہر جاندار کو اپنی خُوراک بنا رکھا ہے۔ جہاں ایک جاندار دُوسرے جاندار کی خُوراک ہو وہاں سُکھ اور چین کیسا؟ کوئی شخص اپنے آپ کو حق بجانب قرار دینے کی غرض سے جانوروں کے قتل کے بارے میں خواہ کِتنی بھی دلیلیں کیوں نہ پیش کرے، سچ تو یہ ہے کہ جس جانور کو ذبح کیا جاتا ہے اُسے مرتے وقت درد اور تکلیف ضرُور محسُوس ہوتی ہے۔ ادنیٰ سے ادنیٰ کیڑے مکوڑے کو بھی مارنے لگیں تو وہ بھی اپنی جان بچانے کے لئے ہر مُمکن کوشِش کرتا ہے۔ سدنا قصائی جس کی بانی شری گورو گرنتھ صاحب

میں درج ہے، کی داستان اِس سچائی کو واضح کرتی ہے۔ سدنا نامی ایک شخص بادشاہ کا قصائی تھا۔ ذکر ہے کہ ایک دفعہ بادشاہ نے آدھی رات کے وقت بھُنے ہوئے گوشت کی فرمائش کی۔ چونکہ شاہی باورچی خانے میں گوشت نہیں تھا اِس لئے سدنا قصائی کو کچھ تازہ گوشت مہیا کرنے کا فوری حکم دیا گیا۔ گرمی کا موسم تھا۔ سدنا نے سوچا کہ اگر اِس وقت بکرا ذبح کیا گیا تو صبح تک باقی بچا گوشت سڑ جائے گا۔ اِس لئے ابھی بکرے کو خصّی کر کے کٹا ہوا گوشت بادشاہ کو بھیج دیتا ہوں، تازہ ماس بیچنے کے لئے بکرا صبح ذبح کروں گا۔ وہ جب اِس غرض سے ہاتھ میں چھُری لے کر بکرے کی جانب بڑھا تو دنگ رہ گیا۔ جب بکرے نے اُس سے کہا، 'آج تک کئی بار تُم نے مجھ کو ذبح کیا ہے اور کئی بار مَیں نے تُم کو مارا ہے لیکن آج تُم اِس نئی شروعات سے ایک نیا کھاتہ کھول رہے ہو۔'

اِس واقعہ نے سدنا کے دِل میں ایسا خوف پیدا کر دیا اُس نے قصائی کا دھندا ہی چھوڑ دیا۔ وہ ایک کامل مُرشد کی پناہ میں چلا گیا اور اُس کے مہر و کرم سے خُود ایک اعلیٰ درجے کا مہاتما بن گیا۔ تب سے سدنا قصائی سنت کے نام سے مشہور ہے۔

پھل پھُول اور سبزیات میں فقط ایک پانی کا عُنصر ہے۔ کیڑوں مکوڑوں [1] میں دو یعنی ہَوا اور آگ، پرندوں میں تین یعنی پانی ہوا اور آگ اور چوپائے جانوروں میں مٹّی، پانی، آگ اور ہَوا چار عناصر عملی طَور پر نمایاں ہوتے ہیں جب کہ اِنسانوں میں مٹّی، پانی، آگ، ہوا اور آکاش پانچ عناصِر موجُود ہیں۔ کِسی جاندار میں جس قدر زیادہ عناصِر ہوتے ہیں، اُسی کی رُو سے چوراسی کے

---

[1] اُڑنے والے کیڑوں (پتنگوں) میں آگ اور ہَوا۔ اور رینگنے والے کیڑوں میں مٹّی اور آگ نمایاں ہوتی ہیں۔

چکّر میں اُس کا درجہ اُتنا ہی اُونچا مانا جاتا ہے۔ قُدرتی طَور پر اُس کے قتل کے گُناہ کا بوجھ بھی اُسی بِنا پر زیادہ اور بھاری ہوتا ہے۔ دُوسرے الفاظ میں کِسی جاندار کو مارنے کا گُناہ اُس میں موجُود عناصر کی مِقدار پر بھی مُنحصر ہوتا ہوتا ہے۔ مُراد اُسی نِسبت سے اُس کے قتل کے گُناہ کا بوجھ اُٹھانا پڑے گا۔ سنت مہاتما اپنے مُریدوں کو اِسی لئے فقط شاکاہاری (نباتاتی خُوراک) پر زندگی بسر کرنے کی ہدایت کرتے ہیں۔ اِس کے علاوہ مانس یا گوشت کا اِستعمال اِنسان کو جانوروں کی سطح پر لے جاتا ہے جو رُوحانی ترقی کے راستے میں ایک زبردست رُکاوٹ پیدا کرتا ہے۔

سوامی جی مہاراج کا قول ہے کہ یہ دُنیا ایک ایسی بھُول بھُلیّاں ہے، جس میں جیو مُختلف جُونیوں میں جنم لیتا اور مرتا رہتا ہے مگر کِسی کو بھی اِس آواگون کے چکّر سے باہر نِکلنے کا راستہ نہیں مِلتا۔ رُوح کُل مالک کا جُزو ہے۔ مقامِ حق کی رہنے والی ہے۔ لیکن اِس عالمِ فنا میں آکر اپنی قدر و منزلت کو بالکُل بھُول گئی ہے۔ یہ مُکمّل طور پر نفس اور حواس کے تابع اچھے اور بُرے اعمال کی سزا اور جزا بھُگتنے کے لئے الگ الگ طرح کے قالِب اِختیار کرتی چلی آ رہی ہے۔ کیونکہ 'جو بیجو گے سو کاٹو گے' کا قانُون اٹل ہے۔ اِس طرح یہ چوراسی کا چکّر کبھی ختم نہیں ہوسکتا۔ ایک دو بار نہیں بلکہ ہمیں کئی بار کیڑوں پتنگوں، چوپایوں اور پرندوں وغیرہ کی جُونیوں میں جنم لینا پڑتا ہے۔ ہر مَوت کے بعد جمدُوت (مَوت کے فرشتے) ہمیں لے جاکر اپنے اپنے نیک اور بد اعمال کے مُطابق ویسی ہی بھلی، بُری جُونیوں میں بھیجتے رہے ہیں۔

فقط اِنسانی جامے میں ہی بندگی اور عِبادت کے ذریعہ پرماتما سے مِلاپ ہوسکتا ہے۔ اور یہ موقع یُگوں تک نچلی جُونیوں میں بھٹکنے کے بعد حاصل ہوتا ہے۔ لیکن افسوس کی بات ہے کہ ایسا نایاب موقع مِلنے پر بھی رُوح نفس اور

حواس کے ہی تابع رہتی ہے۔

سب سنت مہاتما تلقین کرتے ہیں کہ پرماتما سچ ہے اور یہ دُنیا اور اِس کے تمام سازوسامان عارضی اور فنا پذیر ہیں۔ آپ ہمیں نجات کا راستہ دِکھلاتے ہیں اور ہمیں اِس عالمِ فنا میں سے نکال کر اُس لافانی، ہمیشہ قائم و دائم کُل مالِک سے مِلانے کے قابِل بنا دیتے ہیں۔ کتنے دُکھ کی بات ہے کہ ہم ایسے درویشانِ حق کے بتائے ہوئے راستے پر چلنے کی بجائے اُنہیں بُرا بھلا کہتے ہیں۔ اُن پر طرح طرح کے اِلزام لگاتے ہیں اور اُنہیں کئی طرح کے دُکھ اور اذِیتیں پہنچاتے ہیں۔ گورو نانک دیو جی کو پاگل، دِیوانہ اور کُراہیا (گُمراہ کرنے والا) کہا گیا۔ کبیر صاحب کے ساتھ کیا کیا نہیں کِیا گیا۔ حضرت عیسےٰ کو صلیب پر لٹکا کر ہلاک کر دِیا گیا۔ حضرت منصور کو پتھر مار مار کر مار دِیا گیا۔ شمس تبریزی کی جیتے جی کھال اُتروا دی گئی، گورو گوبند صاحب کے معصوم بچوں کو دیوار میں چُنوا دِیا گیا۔ اُنہیں خود کس قدر تکلیفوں اور پریشانیوں کا سامنا کرنا پڑا۔ گورو ارجن دیو جی پر کیسے کیسے ظُلم و ستم ڈھائے گئے۔ گورو تیغ بہادر جی کا کِتنی بے رحمی سے سر قلم کر دِیا گیا۔ افسوس تو اِس بات کا ہے کہ یہ تمام ظُلم و ستم جبر اور تشدّد، دھرم اور مذہب کے نام پر کئے گئے۔ کِس کے حُکم سے؟ کٹر پنتھیوں، شریعت کے علمبرداروں اور دھرم اور مذہب کے رکھوالے کہلوانے والوں کے حُکم سے ایسا کِیا گیا۔

حضور مہاراج باباساون سنگھ جی اِنسان کی قابلِ رحم حالت کا بیان مُندرجہ ذیل کہانی کے ذریعے کِیا کرتے تھے:

ایک اندھا بہرہ اور سر سے گنجا شخص ایک سرائے میں جا گھُسا۔ اُس سرائے سے باہر نِکلنے کا فقط ایک ہی دروازہ تھا۔ اُس نے لوگوں سے ہاتھ جوڑ کر بار بار اِلتجا کی کہ کوئی اُسے نکلنے کا راستہ بتا دے۔ لیکن کوئی بھی اُس کی مدد

کے لئے تیار نہ ہُوا۔ آخر کار اُس نے یہ سوچ کر کہ وہ خُود ہی سرائے کے بڑے دروازے سے باہر نکل جائے گا، راستہ ڈُھونڈنا شُروع کر دیا۔ لیکن جب وہ ٹٹولتا ٹٹولتا کِسی طرح دروازے پر پہُنچا تو اُسے کھُجلی ہونے لگی۔ اُس نے سر کھُجلانے کے لئے اپنا ہاتھ دیوار سے ہٹا لیا۔ اتنی دیر میں وہ چلتے چلتے دروازے سے آگے نِکل گیا۔ ہر بار جب وہ دروازے پر پہُنچتا اُس کی بدنصیبی کہ اُسے کھُجلی ہونے لگتی اور وہ دروازے کو پیچھے چھوڑ جاتا۔ اِس طرح وہ ہمیشہ کیلئے اُس سرائے کی بھُول بھُلیّوں میں ہی بھٹکتا رہ گیا۔ ہم کم عقل والے اِنسان بھی کچھ اِسی طرح کر رہے ہیں۔ ہر بار جب ہمیں اِنسانی جامہ حاصِل ہوتا ہے ہم پرماتما سے مِلاپ حاصِل کرنے کی کوشش کی بجائے نفسانی لذّات میں اپنی زِندگی برباد کر دیتے ہیں اور سِلسلۂ تناسُخ کی بھُول بھُلیّوں میں سدا کے لئے پھنسے رہ جاتے ہیں۔

درویشانِ حق اِنسان کو بار بار تنبیہہ کرتے ہیں کہ اپنی رُوح کو جسم کے نَو دروازوں میں سے سمیٹ کر تیسرے تِل پر یکسُو کرو۔ وہاں پہُنچ کر شبد دُھن کو پکڑ کر اُوپر بالائی طبقات میں رسائی کی جاسکتی ہے۔ گورُو امرداس کہتے ہیں :

نَو در ٹھاکے دھاوت رہائے، دسویں نج گھر واسا پائے
اوتھے انحد شبد وجے دِن راتی گُرمتی سبد سُنا وینا

(آدگرنتھ، ص 124)

دِل میں سوال اُٹھتا ہے کہ جب شبد دُھن ہمارے اندر تیسرے تِل پر دُھنکاریں دے رہی ہے تو پھر سُنائی کیوں نہیں دیتی ؟ گورُو صاحب جواب دیتے ہیں کہ کِسی مُرشِدِ کامِل سے طریقہ سیکھے بغیر وہ شبد دُھن یا کلمے کی گُونج سُنی نہیں جاسکتی۔ پرماتما نے اپنے مِلاپ کا ایک اصُول بنا رکھا ہے، کہ مُرشِدِ کامِل کے بغیر نام کا راز نہیں مِلتا، اور نام کے بِنا پرماتما سے مِلاپ

نہیں ہو سکتا۔ اُس شبد دُھن کے سہارے ہی کھنڈ، برہمنڈ، سُورج چاند اور ستارے ـــــ کُل کائینات کا اِنتظام چل رہا ہے اور وہ شبد یا کلمہ ہی نجات کا داتا ہے۔ مُرشدِ کامل ہمیں اپنی رُوح کو جسم کے نو دروازوں میں سے سمیٹ کر دسویں گلی میں شبد کے ساتھ جوڑنے کی ہدایت اور تاکید کرتے ہیں تاکہ ہم اُس شبد دُھن میں سما سکیں۔ جو لوگ گورُو یا کسی کامل فقیر سے ہدایت لئے بغیر بھجن بندگی کرتے ہیں اُنہیں کبھی بھی بالائی رُوحانی طبقات کا راستہ نہیں مل سکتا۔ خواہ وہ ایمانداری سے یہ سمجھتے رہیں کہ وہ رُوحانیت کے راستے پر گامزن ہیں۔ لیکن درحقیقت وہ اندھیری گلیوں میں اندھوں کی مانند ٹھوکریں کھا رہے ہیں۔ جپ تپ، ہٹھ کرم، پُوجا پاٹھ، دان پُن، تیرتھوں کی زیارت اور اُن میں غسل، فلتے وغیرہ کرم کانڈ، شرعی رسُوم یا باہر مُکھی طور طریقوں کی مدد سے ہم ہرگز دائمی سُکھ اور ابدی سکُون حاصِل نہیں کر سکتے۔ کرم کانڈ کی ٹیک لینا پانی میں مِتھانی ڈالنے کے برابر ہے۔ جس سے کچھ بھی حاصِل نہیں ہوتا۔ اندر جا کر نام کے ساتھ جُڑنا، دُودھ مِتھنے کے برابر ہے۔ جس سے مکھن یعنی پرماتما سے مِلاپ حاصِل ہوتا ہے۔

سوامی جی مہاراج دُنیا کی حالت دیکھ کر ترس کھاتے ہوئے کہتے ہیں کہ ہم دُنیا کے لوگ کس قدر بدنصیب ہیں کہ ہماری توجہ ہمیشہ عارضی اور فانی دُنیاوی ساز و سامان میں ہی مرکُوز رہتی ہے۔ ایسی خصلت والے اِنسان گندگی کا ڈھیر ہیں۔ سنت ستگُورو (ولی اَولیا،) ایسی گندگی کی گٹھڑی کو کیسے بالائی رُوحانی طبقات پر لے جا سکتے ہیں؟ ایسے اِنسان کا باطِن میں ربّی کلمے کے ساتھ رابطہ پیدا نہیں ہُوا، وہ اندر نام کی لذّت سے محرُوم ہے اور اُس کا خیال ہمیشہ دُنیا اور اُس کی خُوشیوں میں غلطاں بار بار تیسرے تِل (نقطۂ سویدا) سے نیچے گرا رہتا ہے۔ پھر بھی دھوبی اپنا فرض ضرُور پُورا کرتا ہے۔ وہ گندے سے گندے

کپڑے کو بھی دھونے سے اِنکار نہیں کرتا۔ مُرشد رُوح کو پاک صاف کرنے والا دھوبی ہے۔ اور آخر کار وہ اُسے پاک صاف کر کے بالائی منزل میں لے جاتا ہے۔ کبیر صاحب اِس امر کی تصدیق فرماتے ہُوئے کہتے ہیں :

گورُو دھوبی سِش کاپڑا صابُن سِرجنہار
سُرت سِلا پر دھوئیے نِکسے رنگ اَپار

(کبیر ساکھی سنگرہ، حِصّہ اوّل، ص 3)

جس قدر زیادہ شبد کی کمائی (کلمہ کا شغل) کی جائے، نفس اُتنا ہی صاف ہوتا ہے۔ مالا پھیرنے اور تپ تیاگ کے طرزِ عمل سے اہنکار، خودی میں تو اِضافہ ہوسکتا ہے لیکن رُوحانیت کی رُو سے ہاتھ پلّے کچھ نہیں پڑتا۔ گرنتھوں، پوتھیوں یا دیگر مذہبی کِتابوں میں نام، شبد، کلمہ یا کلامِ الٰہی کی فقط صِفت و ثنا درج ہے۔ لیکن نام اُس میں نہیں ہے، ہم خواہ دُنیا کی تمام مذہبی کِتابیں پڑھ لیں، اگر سُرت شبد یوگ یا ربّی کلمے کا شغل نہ کریں تو ہماری حالت چنڈول پرندے جیسی ہوگی جو طوطے کی مانند جو بھی بولی سُنتا ہے اُس کی نقل اُتارنے لگ جاتا ہے۔ تُلسی صاحب کا قول ہے :

چار اٹھارہ نَو پڑھے کھٹ پڑھ کھویا مُول
سُرت شبد چینہے بِنا جیوں پنچھی چنڈُول

سوامی جی مہاراج اُپدیش کرتے ہیں کہ اگر ہمیں اصل میں پرماتما سے وِصال کی تمنّا ہے تو ہمیں کِسی مُرشدِ کامِل کی پناہ میں جانا چاہیئے اور عملی طَور پر اُس کی ہِدایت کو اپنا کر اپنے خیال کو باطِن میں نام کے ساتھ جوڑنا چاہیئے جیسے ہی ہماری توجہ تیسرے تِل پر یکسُو ہونے لگے گی۔ ہمارے ہاتھ پاؤں سُن (بے حِس) ہونے شُروع ہو جائیں گے۔ آخر کار آہستہ آہستہ سارا جِسم سُن

ہو جائے گا اور ہمیں باطن میں جوت (خُدائی نُور) دِکھائی دینے لگے گی۔ آپ بڑے دعوے سے کہتے ہیں کہ شبد کے ابھیاس یعنی ربّی کلمے کے شغل کے بغیر اور کوئی راستہ ہی نہیں ہے اِس لئے اب جب کہ ہمیں یہ اِنسانی جامہ مِلا ہے تو ہمیں ضرُور اپنی زِندگی کے نصبُ العین کو پُورا کر لینا چاہیئے۔

مِلی نر دیہہ یہ تُم کو بناؤ کاج کچُھ اپنا

(سار بچن ، بچن 15، شبد 13)

پھر ایک اور جگہ فرماتے ہیں :

گُورُو کہیں کھول کر بھائی، لگ شبد اناحد جائی

بِن شبد اُپاؤ نہ دُوجا، کائیا کا چھُٹے نہ کُوزہ

(سار بچن ، بچن 28، شبد 10)

گُورُو امرداس جی کا بھی ایسا ہی فرمان ہے۔ جس میں آپ اِس سچّائی کی تائید کرتے ہیں کہ شبد کے بغیر ہماری جہالت اور لاعلمی کا اندھیرا دُور نہیں ہو سکتا۔ نام کے شغل کے بغیر نہ تو ہمارا خُدا سے وِصال ہو سکتا ہے اور نہ ہی حیات اور مَوت کے چکرّ سے نجات ہی مُمکن ہے :

بِن شبدے انتر آنیھرا، نہ وست لہے نہ چُوکے پھیرا

(آدگرنتھ ، ص 124)

سُرت شبد یوگ (کلمے کا شغل)، کوئی نئی تعلیم نہیں ہے۔ مالِک کے مِلاپ کا فقط یہی ایک راستہ ہے اور آئندہ بھی رہے گا۔

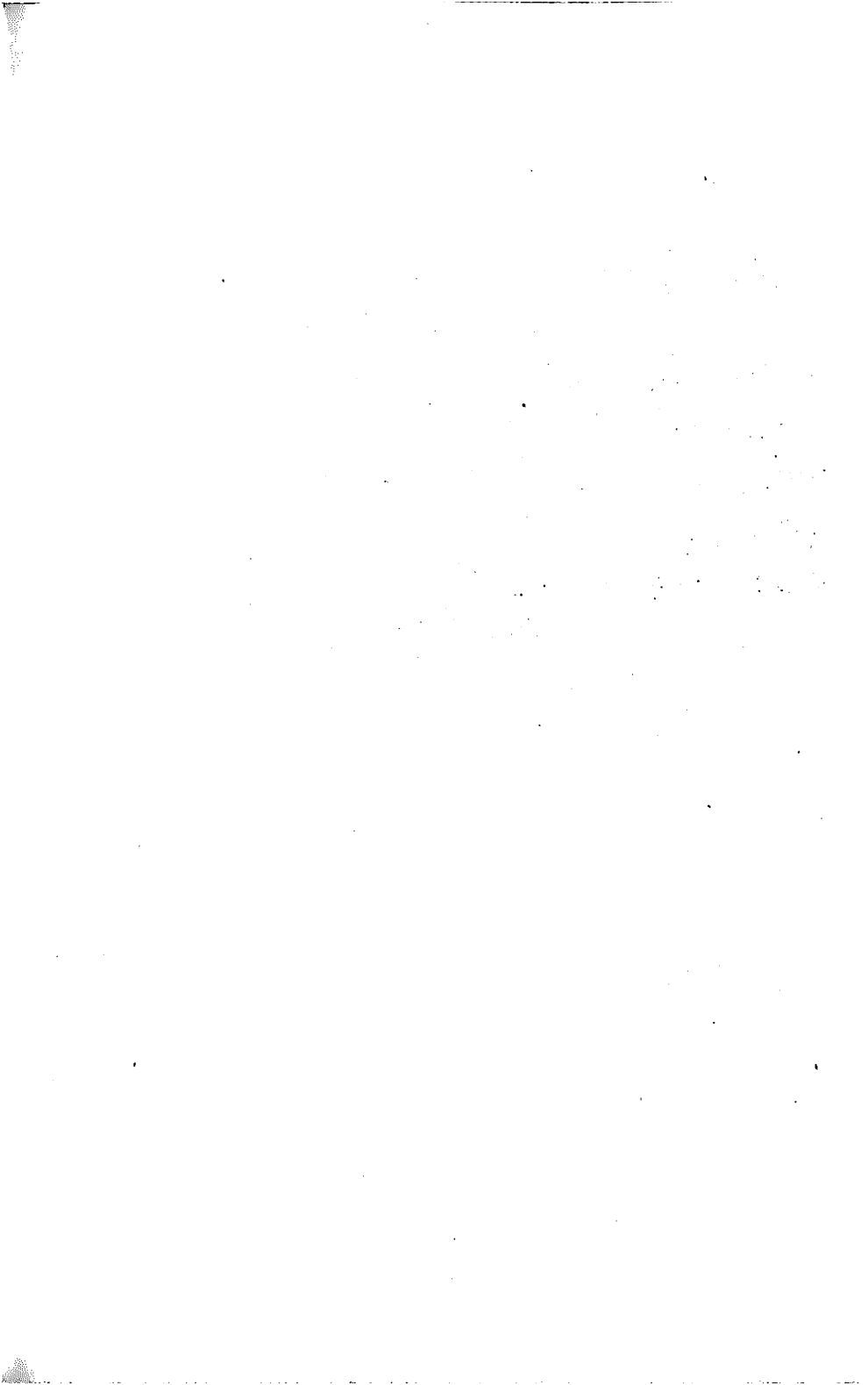
مُندرجہ بالا تشریح کا لُبِّ لُباب

1. دُنیا دُکھ، درد، مُصیبت اور لاعلمی کا گھر ہے۔ یہاں کسی کو بھی دائمی سُکھ میسّر نہیں ہے۔

2. آواگون کے چکر سے نکلنے کے لئے فقط اِنسانی جامہ ہی ایک دروازہ ہے۔

3. جپ تپ ، تیرتھ ، برت ، اِشنان ، پُن دان ، پوجا پاٹھ جیسے کرم کانڈ صرف پانی کو متھنے کے برابر ہے۔

4. فقط وقت کے زندہ سنت ستگورو کے فضل وکرم سے ہی ہم وجود کے نَو دروازوں کو خالی کرکے اپنے نفس کو باطن میں دسویں گلی میں لاکر نام کے ساتھ جوڑ سکتے ہیں۔ جو دِن رات وہاں دھنکاریں دے رہا ہے۔ مقامِ حق تک رسائی کرنے کا بس یہی ایک راستہ ہے۔

5. نجات کے حصول کا فقط یہی ایک وسیلہ ہے۔ سوائے اِس کے اور کوئی طریقہ یا راستہ نہیں ہے۔

رُوحَانیت کے کچھ بُنیادی اصُول

ہم یہاں درویشانِ حق، سنتوں مہاتماؤں کی تعلیم کے کچھ ایسے بُنیادی اصُولوں پر غور کریں گے، جنہیں سب لوگ مُتفِقہ طَور پر جُملہ حقیقت تسلیم کرتے ہیں اور جو کِسی دلیل یا ثبُوت کے مُحتاج نہیں ہیں۔

نانک دُکھیا سب سَنسار

کوئی بے روزگاری یا غریبی کی وجہ سے دُکھی ہے اور کوئی بیماری کے ہاتھوں تنگ یا پریشان ہو رہا ہے۔ کوئی گھر میں مَوت ہو جانے سے دُکھی اور غمزدہ ہے۔ اِس طرح سب لوگ اِس بحرِ رنج و اَلم میں غوطے کھا رہے ہیں۔ اِس صُورتِ حال کے پیشِ نظر گورُو نانک صاحب نے فرمایا ہے:

نانک دُکھیا سب سَنسار (آدگرنتھ، ص 954)

مُسلمان فقیروں نے بھی اِس دُنیا کو دارِ اَلم (دُکھوں اور مُصیبتوں کا گھر) کہا ہے۔ دُنیا دو حصّوں میں مُنقسم ہے — پانی اور خُشکی — پانی میں چھوٹی مچھلی کو بڑی مچھلی کھا جاتی ہے۔ اور بڑی مچھلی کو اُس سے بڑی مچھلی نگل جاتی ہے۔ زمین پر بھی بڑے پرندے چھوٹے پرندوں کو اور چھوٹے پرندے کیڑے

مکوڑوں کو کھا جاتے ہیں۔ شیر چیتوں کو مار دیتے ہیں اور چیتے بھیڑیوں کو نہیں چھوڑتے۔ بھیڑیئے اپنے سے کمزور جانوروں، بھیڑ بکریوں کو اپنا شکار بنا لیتے ہیں۔ اور انسان کی خوراک میں یہ سب ہی شامل ہیں۔ وہ سب کو کھا جاتا ہے۔ لیکن جان تو سب کو پیاری ہے۔ اُن بے زبان جانوروں کے دُکھ، درد کو دیکھ کر رُوح کانپ اُٹھتی ہے جن معصوموں کو اِنسان کی خوراک کے لئے ہر روز ذبح کیا جاتا ہے، جن کو شکار کے لئے بے رحمی کے ساتھ گولیوں کا نشانہ بنا دیا جاتا ہے۔ اِنسانی قالب ہمیں خُدا سے واصل ہونے کے اعلےٰ مقصد کے لئے بخشا گیا ہے لیکن ہم اِسے اُسی خُدا کی پیدا کی ہُوئی مخلوق پر ظلم و ستم ڈھانے میں گنوا دیتے ہیں۔ جب اِنسان اِس حد تک گر جاتا ہے تو وہ حیوانوں سے بھی بدتر ہو جاتا ہے۔ حیوان تو اپنی بھوک مٹانے کی غرض سے شکار کرتا ہے، مگر اِنسان اپنی زبان کے چسکے اور شکار کے شوق کو پُورا کرنے کے لئے جانوروں کو ہلاک کرتا ہے۔ اِس کے اپنے جسم پر ذرا سی خراش بھی آجائے تو یہ درد سے بے چین اور بیقرار ہو جاتا ہے اور جلدی ہی اُس سے چھٹکارا پانے کی کوشش کرتا ہے۔ کتنی حیرت کی بات ہے کہ ہمارے رہنے کے لئے بنائی گئی اِس زمین پر نہ تو کسی کو کوئی چین ہے اور نہ ہی کوئی اپنے آپ کو محفوظ سمجھتا ہے۔ کوئی نہیں جانتا کہ موت کب کسی کو آگھیرے یا کب کوئی مصیبت کسی پر آجائے۔

یہ دُنیا بیگانہ دیش ہے

دراصل یہ دُنیا ہماری مستقل رہائش گاہ نہیں ہے۔ ہم بیگانے مُلک میں رہتے ہیں۔ یہاں کوئی بھی شے پائدار نہیں ہے اور نہ ہی اپنی ہے۔ ہمارے چاروں جانب پانچ عناصر ـــــ مٹی، پانی، آگ، ہوا اور آکاش ـــــ کی تخلیق نفس اور مادیت کا پسارا ہے۔ اِس کے برعکس ہماری رُوح

سچ کھنڈ (مقامِ حق) کی رہنے والی خُدائی نُور اور دائمی سُکھ کے سمُندر کی بُوند ہے۔ یہ نہایت پاک، صاف، ذی شعُور اور لافانی ہے۔ یہ ابدی سکُون کے بحرِ حیات کا قطرہ ہے۔ لیکن یُگوں، یُگانتروں سے نفس کا ساتھ لے کر نہایت غلیظ اور ناپاک ہو چکی ہے۔ یہ اپنے اصل سے بے بہرہ اپنے اصلی گھر کو بالکل بھُول کر اپنے آپ کو اِسی دُنیا کا حِصّہ سمجھنے لگی ہے۔ رُوح نفس کے ساتھ بندھی ہُوئی ہے اور نفس آگے حواس کی لذّات کا غُلام ہے۔ اِس طرح رُوح اِس بُری صحبت کی سزا کے بھُگتان میں ایک کبھی نہ ختم ہونے والے سِلسلۂ تناسُخ کے چکّر میں گرفتار ہے۔ اِنسانی جامہ ہی واحد موقعہ ہے جب یہ کِسی مُرشدِ کامِل کی پناہ میں جا کر اُس سے نام (ربّی کلمہ) کا بھید لے کر مُکمل عقیدت اور لگن کے ساتھ اُس کے بتائے ہُوئے رُوحانی شغل کے ذریعہ نجات پا سکتی ہے۔ گُورُو ارجن دیوجی فرماتے ہیں:

کئی جنم بھئے کیٹ پتنگا کئی جنم گج مین کُرنگا
کئی جنم پنکھی سرپ ہوئیو کئی جنم ہیور برکھ جوئیو
مِل جگدیس مِلن کی بریا چِرنکال اِیہہ دیہہ سنجریا
(آدگرنتھ، ص 176)

مِلی نر دیہہ یہ تُم کو بناؤ کاج کچھ اپنا

خُدا کی عِبادت فقط اِنسانی جامہ میں ہی ہو سکتی ہے۔ چوراسی لاکھ جُونوں میں سے کِسی کو بھی یہ شرف حاصِل نہیں ہے۔ یہ فضیلت خُدا نے صرف اِنسان کو ہی عطا فرمائی ہے۔ یہاں تک کہ دیوی دیوتا بھی اِنسانی جامے کے لئے ترستے ہیں۔ کبیر صاحب کا قول ہے:

اِس دیہی کو سمرے دیو سو دیہی بھج ہر کی سیو (آدگرنتھ، ص 1159)

چوراسی کے اِس بہت بڑے دُکھوں اور مُصیبتوں سے بھرے جیل خانے میں سے باہر نکلنے کا بس ایک ہی دروازہ ہے اور وہ ہے اِنسانی جامہ۔ لیکن افسوس! ہم نفسانی لذّتوں، بدکاریوں، اور شرابوں کبابوں کے سواد کو چھوڑنے کے لئے تیّار نہیں ہیں۔ ہمارا نفس اِس قدر کمزور اور بے بس ہو چُکا ہے کہ جو بھی حِس (اِندری) چاہتی ہے اِسے کھینچ کر اپنے گھاٹ پر لے جاتی ہے۔ لیکن اِسے کبھی صبر نہیں آتا اور نہ ہی کبھی اِس کا جی بھرتا ہے۔ خواہشات اور تمنّاؤں کی بھڑکتی ہوئی آگ میں جس قدر زیادہ اِیندھن ڈالتے جاؤ، اُسی قدر حرص و ہوس کی آگ بھڑکتی چلی جاتی ہے۔ جتنی تمنّائیں پوری ہوتی ہیں اُتنی ہی اور سامنے آکر کھڑی ہو جاتی ہیں۔ یہ جانتا ہوا کہ بھوگ سے روگ اور روگ سے مایوسی پیدا ہوتی ہے، پھر بھی اِنسان اپنی بُری خواہشات کو ترک کرنے کے لئے تیّار نہیں ہوتا۔ یاد رہے کہ اِس دُنیا میں ہر فعل جو سرزد ہوتا ہے، اُس کی سزا، اُس کا بُھگتان پتھر پر لکیر ہے۔ گورُو ارجن دیو جی خبردار کرتے ہیں کہ ایک پَل کی شہوت انگیز ہوس کے بدلے ایک کروڑ دِن دوزخ کی آگ میں جلنا پڑتا ہے تو ظاہر ہے کہ سب سے بڑی سزا کام یعنی شہوت پرستی کی ہے:

نِمکھ کام سواد کارن، کوٹ دِنس دُکھ پاوہہ
گھری مُہت رنگ مانہہ پھر بہور بہور پچھُوتا وہہ

(آدگرنتھ، ص 403)

اِس حساب سے ایک لمحہ کی شہوت انگیز حرکت تیتیس[33] ہزار برس کی اذیّت کا سبب بن جاتی ہے۔ اِس قدر بھاری خسارے والے سودے سے تو شاید بڑے سے بڑا جاہل بھی گُریز کرے گا۔ ہم کِتنے نادان اور گنوار ہیں اگر ہم یہ بھی نہیں سمجھ سکتے کہ جس سُکھ کا نتیجہ دُکھ ہے، وہ سُکھ کیسے ہو سکتا ہے؟ عقلمند اِنسان ہمیشہ نتیجے کو سامنے رکھتے ہیں۔ مَولانا رُوم فرماتے ہیں، 'مُبارک ہیں وہ لوگ

جو اپنی نظر ہمیشہ منزل پر رکھتے ہیں، انجام کو دیکھتے ہیں۔

پھر اِس مُصیبت سے چھٹکارہ کیسے ہو؟ اِس پاگل نفس کو اپنے ہی تباہ کُن رویّے سے باز کیسے رکھا جائے، بربادی کے راستے سے کیسے روکا جائے؟ اِس مسئلے کا مُناسِب حل ڈھونڈنے کے لئے مُناسب ہے کہ نفس کی فِطرت کا جائزہ لیا جائے۔ ہم جانتے ہیں کہ نفس لذّت کا عاشق ہے۔ کِسی ایک لذّت پر ہمیشہ کے لئے ٹِکتا نہیں۔ کوئی ایک سُکھ کِسی کو لمبے عرصے تک باندھ کر نہیں رکھ سکتا۔ جیسے ہی اِسے پہلے کی نِسبت زیادہ خُوبصُورت یا لذیذ شئے دِکھائی دیتی ہے، یہ پہلی کو چھوڑ کر دُوسری کے پیچھے بھاگتا ہے۔ یہ کبھی بھی نچلّا نہیں بیٹھتا، ایک حالت میں نہیں رہتا۔ اِس کے لگاؤ اور پیار بھی ایسے ہی عارضی اور بدلتے رہتے ہیں۔ اگر ہم اپنے نفس کو مادّیت کی لذّات سے بہتر لذّت دے دیں تو یہ یقیناً سب کچھ چھوڑ کر اُسی کے پیچھے لگ جائے گا۔ من کو قابُو کرنے والی ایسی کوئی شے باہر نہیں ہے، وہ ہمارے اندر ہے۔ وہ شئے ہماری آنکھوں کے پیچھے تھوڑا اُوپر تیسرے تِل میں خُدائی نغمے کی صُورت میں گُونج رہی ہے۔ سنت مہاتما اُسے بانی، نام، ورڈ، انحد شبد، کلمہ، کلامِ الٰہی، نِدائے سُلطانی، بانگِ آسمانی، آکاش وانی وغیرہ کئی ناموں سے یاد کرتے ہیں۔ جِس وقت یہ من اُس نغمے کو سُنتا ہے تو دُنیا کی تمام لذّتیں پھیکی پڑ جاتی ہیں۔

سب سنت مہاتما، فُقرائے کامل کہتے ہیں کہ پرماتما ہمارے اندر ہے۔ راہِ حق پر قدم رکھنے کے لئے ہمیں فقط اپنے باطن میں توجہ کی یکسُوئیت درکار ہے اور یہ رُوحانی شغل ہمارے تمام دُکھوں اور مُصیبتوں کا واحد علاج ہے۔ حضرت عیسیٰ نے فرمایا ہے، 'خُدا کی بادشاہت تُمہارے اندر ہے'۔ گورُو نانک صاحب کبیر صاحب، تُلسی داس جی، سوامی جی مہاراج، حضرت محمدؐ صاحب غرضیکہ سب کا یہی کہنا ہے۔ لیکن ہم وجُود کے باہر مندروں، مسجدوں، گورُدواروں، گرجا گھروں

میں پرماتما کی کھوج کرتے ہیں۔ کرم کانڈ، شرعی رسومات، گرنتھوں، پوتھیوں اور دیگر مذہبی کتابوں میں اُسے تلاش کرتے پھرتے ہیں۔ بیشک اِن کرموں، دھرموں کا کچھ فائدہ ضرور ہے لیکن یہ سب کچھ ہمیں نفس اور مادیت کی بندشوں میں مضبوطی کے ساتھ جکڑے رکھتے ہیں۔ یہ کرم، دھرم ہمیں جزا اور سزا کے سلسلے سے نجات نہیں دِلوا سکتے۔ کیونکہ نیک اعمال کا صلہ حاصل کرنے کے لئے اِسی مادی دُنیا میں ہی جنم لینا پڑتا ہے۔ مُرشد کی ہدایت کے مُطابق اپنی توجہ کو پُوری طرح باہر سے سمیٹ کر، تیسرے تل (نقطۂ سویدا) پر یکسو کرکے باطن میں ربّی کلمے کے ساتھ جوڑنا ہی خُدا کی اصل بندگی اور عبادت ہے۔

گورُو امر داس جی فرماتے ہیں :

بِن ناوے ہور پُوج نہ ہووی بھرم بھُلی لوکائی

(آدگرنتھ، ص 910)

بِن ستگور کوئی نہ پاوے

مُرشدِ کامل کی مدد کے بغیر خُدا سے وِصال ناممکن ہے۔ فقط مُرشدِ کامل ہی اِس وجُود کے نَو دروازوں سے نکل کر سچ کھنڈ (مقامِ حق) کو جانے والی دسویں گلی میں داخل ہونے کا طریقہ سمجھا سکتا ہے۔ وید شاستر اور دیگر تمام مُتبرک کِتابیں اور اُس کے علاوہ باقی سبھی سنت مہاتما بالائی رُوحانی طبقات میں رسائی کرنے کے لئے کِسی خُدا رسیدہ مُرشدِ کامل کی اشد ضرُورت پر زور دیتے ہیں۔ ویسے بھی اِنسان کو پیدائش سے لے کر اپنی موت تک ہر قدم پر کِسی نہ کِسی اُستاد کی ضرُورت پڑتی ہے۔ وہ کوئی بھی کام خُود اپنے آپ نہیں سِیکھ سکتا۔ اِنسان کا پہلا گورُو اُس کی ماں ہوتی ہے جو اُس کو اُٹھنا بیٹھنا، کھڑے ہونا، چلنا، کھانا پینا، کپڑے پہننا وغیرہ سِکھاتی ہے۔ دُوسرے گورُو پِتا

بھائی، بہن وغیرہ ہوتے ہیں۔ جو اُسے توتلی زبان میں بولنا سکھلاتے ہیں۔ جب تھوڑا بڑا ہو جاتا ہے تو وہ اپنے دوستوں اور کھیل کود کے ہم عمر ساتھیوں کی صحبت میں بہت کچھ سیکھتا ہے۔ سکولوں کالجوں میں کئی طرح کے اُستادوں سے واسطہ پڑتا ہے۔ ہم اِن تمام علم و ہُنر، کاروباری دھندوں کو سمجھنے اور سیکھنے کے لئے کسی ماہر اُستاد کی ضرورت کو محسوس تو کرتے ہیں لیکن جب رُوحانیت کا علم حاصل کرنے کا سوال اُٹھتا ہے تو گورو یا اُستاد کی ضرورت سے چُوک جاتے ہیں۔ ہم رُوحانیت کے راستے پر چلنے کے لئے کسی راہبرِ حق کی کھوج نہیں کرتے جو درحقیقت تمام دُنیاوی علوم سے کہیں زیادہ دُشوار گُزار اور پیچیدہ ہے۔ مُرشدِ کامل کی مدد کے بغیر رُوحانیت یا راہِ حق پر ایک قدم بھی چل سکنا نامُمکن ہے۔ مولانا رُوم صاحب فرماتے ہیں کہ اگر راہبر کا ساتھ نہ ہو تو جن گلی کوچوں میں سے تُم کئی بار گُزر چُکے ہو وہاں بھی راستہ بھُول جانے کا اندیشہ رہتا ہے۔ جس راستے پر تُم کبھی گئے ہی نہیں اُس راہ پر گامزن ہونے کے لئے تُمہیں کس قدر ہوشیار اور محتاط رہنے کی ضرورت ہے۔ یاد رکھو اُس راستے کے واقفِ کار کو ساتھ لئے بغیر اُس پر کبھی قدم نہیں رکھنا چاہیئے۔ رہنُما کا ساتھ ہونا نہایت لازمی ہے۔

مُرشدِ کامل کی مدد کے بغیر نہ صِرف پرماتما کو پانا ہی نامُمکن ہے بلکہ اُسے ساتھ لئے بغیر اُن لطیف رُوحانی طبقات میں داخل ہونے کی کوشش کرنا بھی خطرے سے خالی نہیں ہے۔ اِس راستے میں گُمراہ کُن اور گراوٹ کی طرف مائل کرنے والی بے شُمار نفی طاقتیں اور دِلفریب نظارے ہیں۔ مُرشدِ کامل کے بغیر شاغل وہموں، فریبوں اور مُصیبتوں کی دلدل میں پھنس کر راہ سے بھٹک جاتا ہے۔ مُرشدِ کامل ہی ہمیں اِس وجُود کے ہر مندر (عبادت گاہ) میں داخل ہونے کا طریقہ سمجھاتا ہے۔ ہمارے جسم کے نَو دروازے باہر حواسِ خمسہ کی دُنیا

میں کھلتے ہیں مگر دسواں دروازہ اندر رُوحانی مقامات کی جانب کھلتا ہے۔
اِس دروازے کو سُشمنا دُوار، یا شاہ رگ یا دسویں گلی کہتے ہیں اور یہ ہماری آنکھوں کے پیچھے تیسرے تِل (نُقطۂ سویدا) میں واقع ہے۔ اِس دروازے کے ذریعے نفس اور مادّیت کے دائرے سے پار اُتر کر اُس لافانی مقامِ حق میں قادرِ مُطلق، پرَم پِتا پرمیشور کی گود میں پہنچا جا سکتا ہے، جو ہم سب کو زندگی دینے والا ہمارا سب کا رزّاق اور شہنشاہ ہے۔ ہٹھ کرم، پرانا یام جیسی یوگ کریائیں ہمیں اِس جسم کے چھ چکروں میں ہی محدُود رکھتی ہیں۔ فقط سُرت شبد یوگ یعنی اُپنشدوں میں مذکُور اناہت شبد کا یوگ (ربیّ کلمے کی ریاضت)، ہی ایک ایسا عمل ہے جو ہمیں لافانی مقام تک لے جا سکتا ہے۔
اِس شغل کا طریقہ فقط مُرشدانِ کامل (سنت مہاتما) ہی سکھا سکتے ہیں۔
گُورونانک صاحب، دادُو صاحب، پلٹُو صاحب، کبیر صاحب، مولانا رُوم، شمس تبریز اور ایسے سبھی دیگر فُقرائے کامل نے اِسی راستے کو اپنایا، اور اِسی راستے پر چلنے کی تعلیم دی ہے۔

سُرت شبد یوگ، کوئی نیا علم نہیں ہے۔ دُنیا کی پیدائش کے وقت سے یہی عبادت کا طریقہ چلا آرہا ہے۔ سنت مہاتما اِس دُنیا میں کسی نئے دھرم یا مذہب کی بُنیاد رکھنے کے واسطے نہیں آتے۔ اُنکا مقصد فقط اُن رُوحوں کو جنہیں پرماتما خُود اپنے ساتھ مِلانا چاہتا ہے، اِس دُکھوں اور مُصیبتوں کی دُنیا میں سے آزاد کرا کے اُس دائمی سُکھ اور ابدی سکُون کے مقام سچ کھنڈ (مقامِ حق) میں واپس لے جانا ہوتا ہے۔ سنتوں کی تعلیم ہے:

یہ دُنیا تُمہارا اپنا وطن نہیں ہے۔ یہاں پر کوئی بھی سُکھی نہیں۔ یہ دُکھوں اور مُصیبتوں کا گھر ہے۔ اِس دُکھ سُکھ، اُتار چڑھاؤ کے جیل خانے کو چھوڑ کر اپنے گھر واپس لوٹ چلو۔ یہ کام فقط اِنسانی جامے میں ہی پُورا ہو سکتا ہے۔ اور کسی

جُونی میں رُوح کو نام کا بھید نہیں مِل سکتا۔ اِس نادر موقع سے فائدہ اُٹھاؤ۔ کسی کامِل سنت مہاتما کی کھوج کرو۔ اُس سے نام کا بھید پاؤ۔ سُرت شبد یوگ کا طریقہ سیکھو۔ باطن میں نُقطۂ سویدا (تیسرے تِل) پر اللہ کی آواز تُمہیں اپنی جانب بُلا رہی ہے۔ اُس نغمۂ الٰہی کے ساتھ وابستہ ہو جاؤ۔ اور اُس کے سہارے اُوپر چڑھو۔ ایک طاقتور مقناطیس کی مانند وہ تُمہیں اپنی جانب اُوپر کھینچ لیگی۔ اور بارگاہِ الٰہی میں لے جائے گی، جہاں سے وہ شبد دُھن (خُدا کی آواز) آ رہی ہے۔

یہی درویشانِ حق (سنتوں مہاتماؤں) کی تعلیم کا لُبِ لُباب ہے۔ وہ کسی کو اپنا دھرم یا مذہب بدلنے، گھر بار چھوڑنے یا اپنے سماجک رہن سہن کا ڈھنگ بدلنے کے لئے نہیں کہتے۔ حسبِ معمُول اپنے پریوار میں رہتے ہُوئے اپنے بیوی بچّوں کی نسبت تمام ذمّہ داریاں اور فرائض سرانجام دینے کی تاکید کرتے ہیں۔ وہ فقط یہ تلقین کرتے ہیں کہ باقی تمام دُنیاوی کام کاج پُورے کرتے ہُوئے اپنے سب سے ضرُوری فرض ـــــ خُدا سے وِصال ـــــ کے لئے بھی ہر روز تھوڑا سا وقت نِکالو اور کلامِ الٰہی (پرماتما کی آواز) جو ہمارے سب کے اندر گُونج رہا ہے، اُسے سُنو۔

دُنیا میں رہو لیکن نہایت سمجھداری اور دانشمندی کے ساتھ۔ دُنیا اور دُنیا کے سازو سامان سے کام لو۔ مگر اُن کی اصلیت کو سمجھو۔ یہ سب کچھ تُمہاری خِدمت کے لئے ہے۔ اِن سے پُورا فائدہ اُٹھاؤ، مگر خُود اُن کے غُلام نہ بنو۔ ہوشیار رہو کہ تُمہارا مَن اِن کے پیار میں اِتنا نہ پھنس جائے کہ یہ چیزیں بجائے تُمہاری خِدمت کرنے کے تُمہیں اپنا خِدمت گار بنا لیں۔ دُنیا سے کوئی لگاؤ نہ رکھو۔ "جو راج دے تے کون بڑائی، جو بھیکھ منگاوہہ تے کیا گھٹ جائی" یعنی جے راج کرائیں تاں تیری اُپما، جے بھیکھ منگائیں تاں کیا گھٹ جائی۔ ایسا نظریہ اِختیار کرو کہ اگر کچھ حاصِل ہو جائے تو خُوشی نہ ہو۔ اگر کچھ چِھن جائے

تو دُکھ نہ ہو۔ دُنیا میں پرماتما کے بن کر رہو، دُنیا کے نہیں۔ دُنیا کو ترک کئے بغیر دِل سے تارک (تیاگی) بن جاؤ۔ یہی اصل سنیاس ہے۔ یہ وہ سچّا سنیاس ہے جس کا بھگوے کپڑوں اور مذہبی بھیکھوں سے کوئی تعلق نہیں ہے۔ ایک مہاتما کہتے ہیں :

یہ سچ ہے کہ تُم نے دُنیا کو چھوڑ کر، شہروں اور قصبوں سے ہٹ کر جنگلوں اور پہاڑوں میں رہائش اِختیار کر لی۔ ندیوں اور چشموں کا پانی پیتے ہو، جنگل میں جو مِل جائے اُسی پر اپنی بسر اوقات کر لیتے ہو۔ ننگے پھرتے ہو۔ دن رات گرنتھوں اور پوتھیوں کا مُطالعہ کرتے ہو۔ اوم، اوم، کا جاپ بھی کرتے ہو، مگر سوچو کہ اگر تُمہارے دِل میں دُنیا کے کِسی بھی سُکھ کی ذرا سی بھی خواہش ہے تو تُم ابھی پُورے دُنیا دار ہو۔

گُورُو نانک دیو جی کہتے ہیں :

گرہست مہہ جو رہے اُداس، کہو نانک ہم تاکے داس

دُنیا کا ترک اور دُنیا کا لگاؤ دونوں کا تعلق نفس (من) کی کیفیت سے ہے۔ گُورُو صاحب کہتے ہیں 'صِفتی رتا سد بیراگی' مُراد : جو شخص ہمیشہ پرماتما کے رنگ میں رنگا ہُوا ہے وہ سچّا بیراگی ہے۔ اگر جِسم جنگل میں ہے اور دِل دُنیا میں، تو بیراگ کیسا؟ لیکن اِس کے برعکس اگر جِسم دُنیا میں ہے اور دِل خُدا کی عِبادت میں مشغُول ہے تو وہ پُورا بیراگی ہے۔ ہماری ظاہرہ شکل و صُورت اور ایسی دُوسری علامتوں کا دُنیا کے ترک کے ساتھ کوئی تعلق نہیں ہے۔ دُنیا کے گُلِستان میں رہو، اُس کی سیر کرو، پھُولوں کی خُوشبُو لو، پھلوں کا ذائقہ لو، قُدرت کی خُوبصُورتی سے لُطف اُٹھاؤ، لیکن اِن کی کانٹے دار جھاڑیوں میں اُلجھ کر گھائل نہ ہو جاؤ۔

محنت اور اِیمانداری سے دَولت کماؤ، سلیقے سے اُسے خرچ کرو۔ وہ

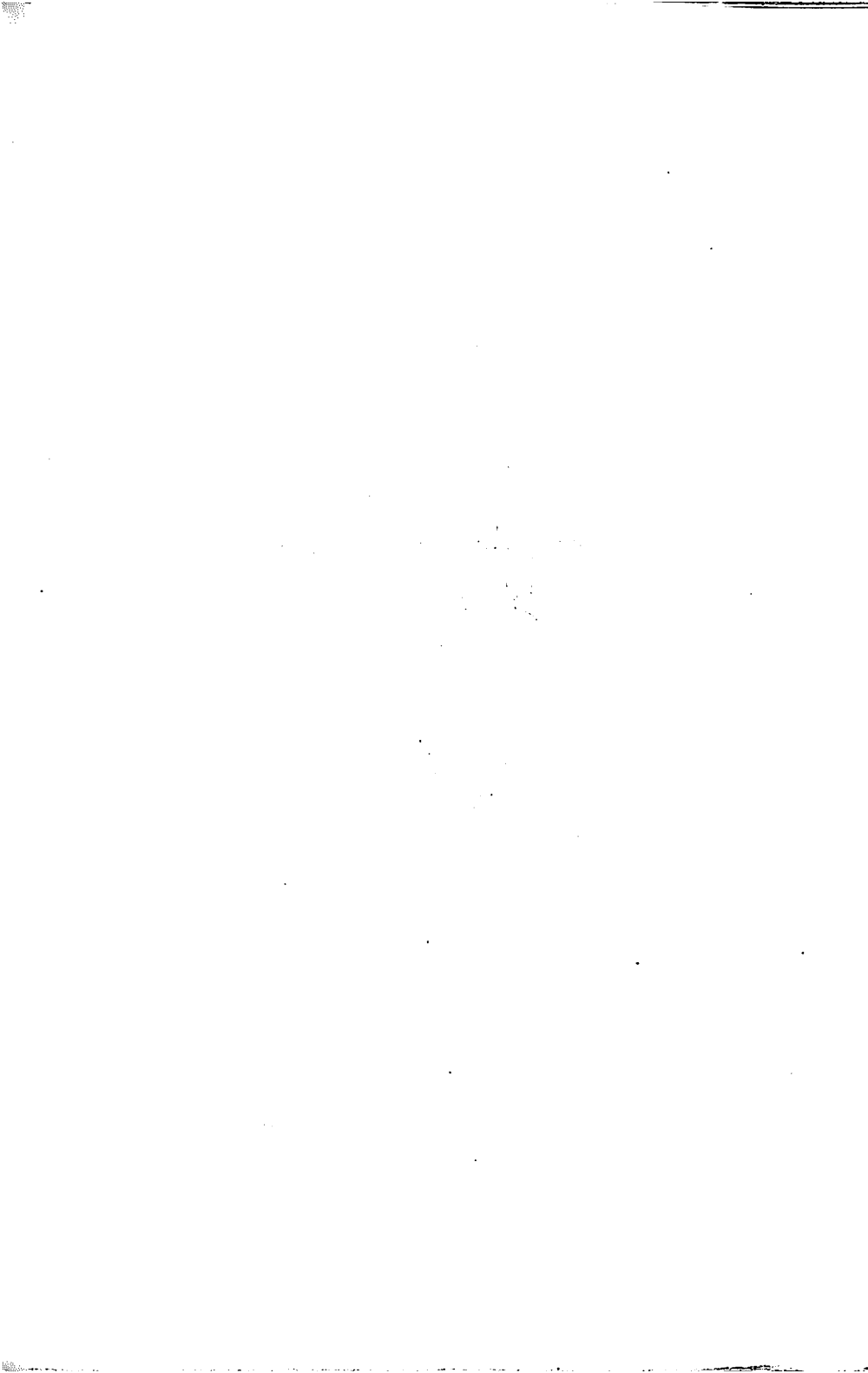
تُمہارے اِستعمال کے لئے ہے۔ دِن دُنیا کے کام کاج کے لئے ہے، سو دُنیا کے کام کاج میں لگاؤ، مگر رات خُدا کی عِبادت اور بھجن سِمرن کے لئے ہے۔ خُدا کی یاد کے لئے کُچھ وقت نِکالو۔ یہ تُمہارا اصلی کام ہے۔ ذرا غور کرو کہ جو کُچھ بھی تُم دِن میں کام دھندا کرتے ہو، اُس میں کُچھ بھی تُمہارا اپنا نہیں ہے۔ اُس کا بیشتر حِصّہ تُمہارا پریوار، تُمہارے دوست رِشتہ دار لے جاتے ہیں۔ ہر روز اِس جِسم کی آرائش اور زیبائش میں بھی کافی وقت صرف ہوتا ہے۔ اگر غور کریں تو جِسم بھی اپنا نہیں ہے اور آخری وقت اِس نے بھی تُمہارا ساتھ نہیں دینا۔ شیخ فرید خبردار کرتے ہیں:

فریدا ایّں بھُلاوا پِک دا مت میلی ہو جائے
گہلا رُوح نہ جانئی سِر بھی مِٹّی کھائے (آدگرنتھ، ص 1379)

جِس جِسم کو ہم اِتنا بنا سنوار کر رکھتے ہیں اُسے بھی یا تو جلا دِیا جاتا ہے یا مِٹّی میں دفن کر دِیا جاتا ہے۔ مَوت کے وقت یہ بھی ہمارا ساتھ نہیں دیتا۔

تُمہارا کام بھجن سِمرن کرنا ہے۔ مالِک کی یاد اور عِبادت کرنا ہے۔ وقت آنے پر یہی بھجن سِمرن (رُوحانی شغل)، تُمہیں چوراسی کے جیل خانے سے نجات دِلوا دیگا، جِس میں تُم یُگوں یُگانتروں سے قید ہو۔ زِندگی بہُت تھوڑی ہے اور وقت تیزی سے ہاتھ سے نِکلا چلا جا رہا ہے۔ اِس سُنہری موقعے کا پُورا فائدہ اُٹھاؤ۔ اگر اب تک اپنا اصل کام شُروع نہیں کِیا تو اب شُروع کر دو۔ مُرشدِ کامِل یعنی سچّے گُورُو کی کھوج کرو۔ اُس کے بتائے ہُوئے طریقے کے مُطابق رُوحانی شغل میں جُٹ جاؤ۔ اپنی رُوح کو شبد (ربّی کلمے) کے ساتھ جوڑ کر اپنے اصلی گھر سچ کھنڈ (مقامِ حق) پہُنچ جاؤ۔

باب دوئم

سَت سنگوں میں سے
چُنے ہُوئے کچھ
بچن

سَت سنگوں میں سے چُنے ہُوئے کُچھ بچن

1

سنت مہاتما فرماتے ہیں کہ دُنیا میں ہر انسان نام رُوپی بیش بہا دولت کو حاصل کرنے کے لئے آتا ہے۔ مگر چند گورمکھ ہی اِس کام میں کامیاب ہوتے ہیں۔ جو لوگ نام کی بخشش سے محرُوم رہ جاتے ہیں اُنہیں دوبارہ جنم لینا پڑتا ہے اور ماں کے پیٹ میں نَو ماہ تک اُلٹے لٹک کر سخت عذاب اُٹھانا پڑتا ہے۔ ماں کے پیٹ رُوپی دوزخ میں جیو کی حِفاظت کا ایک ہی ذریعہ ہوتا ہے۔ وہ یہ کہ اُس کی توجہ متواتر تیسرے تِل پر مرکوز رہتی ہے۔ اور وہ اپنے خالِق سے اُس دوزخ سے چھُٹکارا دِلانے کے لئے دُعائیں کرتا ہے اور وعدہ کرتا ہے کہ جنم مِلنے پر وہ ہر دم خُدا کو یاد رکھے گا۔ گورُو ارجن صاحب فرماتے ہیں:

مَات گربھ مہہ آپن سِمرن دے تہہ تُم راکھنہارے

(آدگرنتھ، ص 613)

گربھ کُنٹ مہہ اُردھ تپ کرتے سَاس ساس سِمرت پربھ رہتے

اُرجھ پرے جو چھوڈ چھڈانا، دیون ہار منہہ بِسرانا

(آدگرنتھ، ص 251)

بچّے کا جیسے ہی جنم ہوتا ہے سارے خاندان میں خُوشی کی لہر دَوڑ جاتی ہے۔ سب اُسے پیار کرتے ہیں۔ اُسے چاروں طرف دِلکش نظارے اور نئی نئی خُوبصورت چیزیں دِکھائی دیتی ہیں۔ جنہیں دیکھ دیکھ کر وہ ماں کے پیٹ میں کی گئیں دُعاؤں اور وعدوں کو بالکُل بھُول جاتا ہے۔ یہاں تک کہ وہ اپنے خالِق کو بھی بھُول جاتا ہے۔ یہ جانتے ہُوئے بھی وہ اِس سچّائی کی طرف کوئی دھیان نہیں دیتا کہ اِس دُنیا کی کوئی بھی چیز وقتِ آخر اُس کا ساتھ نہیں دے گی۔ جب اِنسان جوانی میں قدم رکھتا ہے تو دَھن دولت، مال ملکیّت اور نفسانی لذّات کا غُلام بنا رہتا ہے، جس کُل مالِک کے نام نے اِسے دُنیا کے دُکھوں اور بندھنوں سے چھُٹکارا دِلانا ہے، اُس کی طرف وہ کوئی توجہ نہیں دیتا۔ وہ ہر لمحہ مادّیت کی پرچھائیں کے پیچھے بھاگتا ہے اور ہمیشہ دُکھی اور بے چین رہتا ہے۔ اِس طرح وہ بے سُود بھاگ دَوڑ میں اپنا قیمتی اِنسانی جنم گنوادیتا ہے۔ وہ نہ تو باطِن میں شبد دُھن (کلمۂ الٰہی) کو پکڑتا ہے اور نہ ہی اپنے نفس پر قابُو پاتا ہے۔ نتیجہ یہ کہ وہ اپنی اِنسانی زِندگی کے اصل مقصد کو سمجھتا ہی نہیں۔

جب بُوڑھا ہو جاتا ہے تو آخری وقت مَوت کے فرِشتے آتے ہیں اور اُسے کان سے پکڑ کر لے جاتے ہیں۔ کِسی کو کانوں کان خبر نہیں ہوتی کہ وہ کِس طرف سے آئے اور اُسے کہاں لے گئے۔ زِندگی بھر جِس سازو سامان کے ساتھ اُس کا لگاؤ تھا، جنہیں اپنا بنانے کی کوشش کرتا رہا، جِن کو وہ اپنا سمجھتا رہا، اُن میں سے اُس وقت کوئی بھی چیز اُس کا ساتھ نہیں دیتی۔ اُسے ایسی جگہ جانا پڑتا ہے، جہاں کوئی بھی اُس کا اپنا نہیں ہوتا۔ اُس کی بیوی بچّے اور دُوسرے رِشتہ دار یا دوست صِرف اپنے سُکھ اور آرام کے لئے روتے ہیں۔ مگر وہ بھی اُسے جانے سے روک نہیں سکتے۔ اور جلدی سے جلدی اُس

کے مُردہ جسم کو آگ یا مٹّی کے سپرد کر دیتے ہیں۔ اپنے اعمال اور خواہشات کے مُطابق اُسے نیا جنم مِل جاتا ہے۔ اِس طرح پیدائش سے لے کر آخر تک وہ اپنی ساری زندگی برباد کر دیتا ہے۔ مگر خُدا سے وِصال کی راہ پر ایک قدم بھی آگے نہیں رکھتا۔

2

سنتوں مہاتماؤں نے سخت محنت کی، بالائی رُوحانی طبقات میں رسائی پائی۔ اُنہیں جس حقیقت کا مُشاہدہ ہُوا یا جو رُوحانی سچّائیاں اُن کے تجربے میں آئیں، اُنہوں نے ہماری رہنمائی کے لئے اپنی کتابوں میں اُن کا بیان کیا ہے۔ وہ سچّائیاں مُندرجہ ذیل ہیں :

الف۔ یہ کائینات اپنے آپ وجُود میں نہیں آئی۔ اِسے کسی نے پیدا کیا ہے، کسی نے بنایا ہے۔

ب۔ جس نے اِس کائینات کو پیدا کیا ہے، وہ خُود کبھی نہیں بدلتا۔ لیکن اُس کی رچنا ہر دَم بدلتی رہتی ہے۔ یہ دُنیا آواگون کا سِلسلہ ہے۔ پھل، پھُول، پیڑ، پودے ـــــ کُل کائینات تغیُّر پذیر ہے۔ لوہا، سونا وغیرہ معدنیات بھی اِسی زُمرہ (کلاس) میں آتی ہیں۔ ایک وہ پرماتما ہی قائم دائم، ابدی اور لافانی ہے۔ گورُو نانک دیو جی کہتے ہیں کہ وہ سچ یعنی پرماتما شرُوع میں تھا، یُگوں کے آغاز میں بھی تھا، اب بھی ہے اور آگے بھی ہمیشہ رہیگا۔

آد سچ، جُگاد سچ، ہے بھی سچ، نانک ہوسی بھی سچ

(آدگرنتھ، ص ۱)

سچ وہ ہے جو ہمیشہ ایک سا رہتا ہے، کبھی بدلتا نہیں۔ یہاں 'سچ یا ست' سے مُراد فقط زبان سے وابستہ بول چال یا کسی

لفظ سے نہیں ہے۔ صرف پرماتما ہی ایک ایسی ہستی ہے جو لافانی ہے، اور لازوال ہے۔ اس لئے وہی ایک سچ یعنی حقیقت ہے۔

پ۔ صرف اِنسانی قالب میں ہی خُدا سے وِصال ہو سکتا ہے۔ خُدا سے وِصال کا یہ شرف فقط اِنسان کو ہی حاصل ہے۔ اِسی لئے مُسلمان فُقرا، اِنسانی جامہ کو اشرف المخلوقات کہتے ہیں۔ سب سے اعلےٰ جُونی کہتے ہیں۔ رِشی مُنی اِنسانی وجُود کو نر نارائنی دیہہ کہہ کر پُکارتے ہیں۔ کیونکہ اِس جامے کے اندر رُوح ترقی کر کے نارائن یعنی پرماتما بن سکتی ہے۔ حضرت عیسےٰ نے اِس قالِب کو زندہ خُدا کا مندر کہا ہے۔ شری گُورو گرنتھ صاحب میں کہا گیا ہے کہ چوراسی لاکھ قِسم کی جاندار مخلُوق میں اِنسان کا درجہ سب سے اُونچا ہے۔ اِنسان کو صلاحیت دی گئی ہے کہ وہ اپنے اِس وجُود کے اندر خُدا سے واصِل ہو سکتا ہے۔ دیوی دیوتا بھی اِنسانی جامہ حاصِل کئے بغیر پرماتما سے مِلاپ نہیں کر سکتے۔ اِس لئے ہمیں اِس سُنہری موقعہ مُراد خُدا سے وِصال کے لئے مِلے اِنسانی جامے سے پُورا پُورا فائدہ اُٹھانا چاہیئے۔

اکثر پُوچھا جاتا ہے کہ دیوتا کون ہیں۔ سنت مہاتما بتاتے ہیں کہ جن رُوحوں نے اِنسانی جامہ پاکر بہت نیک اعمال کئے ہوتے ہیں اُنہیں فرشتے (دیوی دیوتا) بنا کر اعلےٰ اعمال کا پھل بھوگنے کے لئے جنّت میں بھیج دِیا جاتا ہے۔ اُن اعلےٰ کرموں کا پھل پا چُکنے کے بعد اُنہیں اپنے بقایا اعمال کی بِنا پر اِس عالِم فنا میں جنم دے دِیا جاتا ہے۔

ت۔ چوتھی بات سنت مہاتما یہ کہتے ہیں کہ اِنسان کو جب بھی خُدا کا

دِیدار ہوگا۔ اپنے اندر ہی ہوگا۔ وہ جنگلوں، پہاڑوں، مُورتیوں، مُقدّس جگہوں، گرنتھوں، پوتھیوں اور دِیگر مذہبی کتابوں کے مُطالعہ میں نہیں مِل سکتا۔ جس نے بھی خدا سے وِصال کا مُشاہدہ کیا ہے اپنے اندر ہی کیا ہے اور جِس کِسی کو بھی یہ شرف حاصل ہوگا اپنے اندر ہی ہوگا۔ اپنے اندر خُدا کا دِیدار ہو جانے کے بعد وہ ہر جگہ حاضِر ناظِر نظر آتا ہے۔ ذرّے ذرّے اور پتّے پتّے میں دِکھائی دینے لگتا ہے:

کایا اندر سبھ کچھُ وسے کھنڈ منڈل پاتالا
کایا اندر جگ جیون داتا وسے سبھنا کرے پرتپالا
کایا اندر آپے وسے الکھ نہ لکھیا جائی
من مُکھ مُگدھ بُوجھے ناہی باہر بھالن جائی

(آدگرنتھ، ص 754)

ج۔ آخری بات مہاتما یہ کہتے ہیں کہ اِس اِنسانی قالب میں بھی تیسرے تِل یا نُقطۂ سویدا میں رسائی کرنے پر ہی پرماتما سے مِلاپ مُمکِن ہو سکتا ہے۔ وہاں تک پہنچنے کے لئے ضرُوری ہے کہ رُوح جِسم کے نِچلے حِصّوں سے ہٹ کر تیسرے تِل پر یکسُو ہو جائے اور پھر وہاں سے شبد دُھن کی مدد سے اُوپر کی جانب چڑھائی کرے۔ شبد یا نام کا بھید کِسی مُرشدِ کامِل سے ہی مِل سکتا ہے اور خُدا کے فضل وکرم کے بغیر ایسے مُرشدِ کامِل کا مِلاپ مُمکِن نہیں ہو سکتا۔ قِصّہ مختصر کہ نام کی کمائی کے بغیر نجات نہیں۔ گُورُو کی دَیا مہر کے بغیر نام کا بھید نہیں اور پرماتما کے فضل وکرم کے بغیر نہ تو پُورے گُورُو یعنی مُرشدِ کامِل سے مِلاپ ہوتا ہے اور نہ ہی نام کا بھید ملتا ہے۔ اِس

لئے سب سے پہلی چیز ہے پرماتما کی دیا مہر۔ دوسری ستگورو کی نظرِ عنایت۔ تیسری نام کی بخشش اور چوتھی و آخری جو نہایت ضروری ہے وہ ہے مرید کی اپنی محنت، لگن، کوشش جس کی اہمیت پہلی تین باتوں سے کم نہیں ہے۔

3

اوہام اور شکوک، مکر و فریب، دکھ اور لاعلمی کے اندھیرے میں ڈوبی ہوئی اس دنیا میں نہ تو کسی کو اپنے اعمال کی نوعیت اور انجام کا علم ہے۔ اور نہ ہی یہ پتہ ہے کہ وہ کہاں سے آیا ہے، اور کدھر جا رہا ہے۔ روح چار کھانیوں میں چوراسی لاکھ جونیوں میں بھٹکتی پھر رہی ہے۔ کہیں بھی اسے سکون نہیں ملتا۔ سوامی جی فرماتے ہیں کہ سنت مہاتما ہی اس الکھ، اگم، انامی' پرماتما کا راز ظاہر کرتے ہیں اور وہی روح کو مالکِ کل سے ملا کر من اور مایا کے بندھنوں اور ان سے پیدا ہونے والے دکھوں اور مصیبتوں سے چھٹکارا دلا سکتے ہیں۔ پرماتما سے ملاپ کی پہلی شرط یہ ہے کہ طالب کے دل میں اس سے ملاپ کی سچی تڑپ ہو۔ یہ تڑپ من کو صاف کرتی ہے۔ اسے علم ہو جاتا ہے کہ کوری دھارمک رسمیں اور کرم کانڈ سب بیکار ہیں۔ پھر اس کے اندر ان سے چھٹکارا پاکر اوپر اٹھنے کی طاقت بھی اپنے آپ پیدا ہو جاتی ہے۔ پرماتما کی دیا مہر کے بغیر انسان حیات اور موت کے دائرے سے نجات نہیں پا سکتا۔ جسم کے نو دروازوں کو بند کر کے اپنی توجہ کو تیسرے تل میں مکمل طور پر یکسو کر کے ہی انسان حواسِ خمسہ پر پوری طرح غالب آ سکتا ہے۔ باطن میں روحانیت کا راستہ اختیار کرنے سے شکھ، سکون و چین حاصل ہوتا ہے اور پھر وہ مذہبی کتابوں کے مطالعہ کا محتاج نہیں رہتا۔

جب یہ کیفیت حاصل ہو جاتی ہے تو انسان از خود نام اور شہرت،

کرم کانڈ اور مذہبی روایات کی پابندیوں سے بے نیاز ہو جاتا ہے۔ نام کی ریاضت سے ہی اُسے سچّا علم (عرفان) حاصل ہوتا ہے۔ نام انمول رتن ہے۔ لیکن کامل مہاتما ہی اِس کی قیمت جانتے ہیں۔ رُوح فقط نام یا شبد کے سہارے ترلوکی (کائینات) کی حد کو عبُور کر کے ہی اُس ازلی لامحدُود اور عقل و ادراک سے پرے کُل مالک کو جان سکتی ہے۔ یہ سُرت شبد یوگ کہلاتا ہے۔ جس کی بدولت بڑے سے بڑے گُنہگار بھی مہاتما بن جاتے ہیں۔ اپنے مُرشد سے پیار اُس کی مُکمّل فرمانبرداری یعنی اپنے آپ کو اُس کے سُپرد کر دینا رُوحانیت کی راہ میں کامیابی کی کُنجی ہے۔ پیار اور عقیدت کے بغیر کچھ حاصل نہیں ہوتا۔

4

پرماتما کا مِلاپ صرف اِنسانی جامے میں ہی مُمکن ہے اور وہ بھی مُرشدِ کامل کے فضل و کرم سے۔ اِس راستے میں سب سے بڑی رُکاوٹ ہمارا نفس ہے۔ جو یُگوں یُگانتروں سے مادّی لذات میں غلطان ہوتا چلا آیا ہے، جس کی وجہ سے یہ نہایت کمزور اور متلوّن مزاج (چنچل) ہو گیا ہے۔

دُنیا کا کوئی بھی سُکھ اِسے ہمیشہ کے لئے مُطمئن نہیں کر سکتا۔ بچپن میں ماں باپ سے پیار ہوتا ہے۔ لڑکپن میں ہی پیار بھائی بہنوں دوستوں اور ساتھیوں اور آگے چل کر جوانی میں بیوی بچّوں کے پیار میں بدل جاتا ہے۔ جب ادھیڑ عُمر میں پہنچتا ہے تو انسان دھن دَولت اور مان بڑائی کے لئے تردّد کرتا ہے۔ گویا ساری عُمر سُکھ کی تلاش میں ہاتھ پاؤں مارتا رہتا ہے۔ لیکن سُکھ چین، صبر و صِدق حاصِل نہیں ہوتا۔

اب حالت یہ ہے کہ رُوح نفس کے تابع ہے اور نفس (من) آگے حواس کا غُلام بنا بیٹھا ہے۔ اِس لئے جِدھر من جاتا ہے رُوح اُسی جانِب کھنچی چلی جاتی ہے۔ اگر من شانت ہو کر دُنیاوی ساز و سامان کے پیچھے دوڑنا

بند کر دے تو رُوح ایک دم اپنے اصل گھر سچ کھنڈ کی جانب پرواز کر جائے۔ دراصل یہ ہمارا من ہی ہے جس نے ہمیں دُنیا کے ساتھ باندھ رکھا ہے اور من کے ذریعے کئے گئے اعمال کا پھل پانے کے لئے ہی رُوحیں آواگون کے چکّر میں پھنسی ہوئی ہیں۔ اِس لئے سنتوں کے ست سنگ میں اپنے من کو اپنے قابُو میں رکھنے پر زور دِیا جاتا ہے۔ ست سنگ سُننے سے من کی فِطرت میں سُدھار آنے لگتا ہے۔ اور اِس کا جُھکاؤ نفسانی لذّات کے بجائے تیسرے تل یعنی نُقطۂ سویدا کی طرف ـــ ہونے لگتا ہے جہاں سے بالائی طبقات میں رُوحانی سفر کا آغاز ہوتا ہے۔ اِس مرکز پر شبد جو دِن رات وہاں دُھنکاریں دے رہا ہے، مَن اور رُوح دونوں کو اُوپر کی جانِب کھینچتا ہے۔ نِرمل ناد یعنی نغمۂ الٰہی کو سُن کر من قابُو میں آجاتا ہے اور پُکار اُٹھتا ہے کہ جِس ابدی سکوُن کی کھوج میں میَں بھٹک رہا تھا وہ مِل گیا ہے۔ نام کے ساتھ وابستہ ہو جانے کے بعد اِسے کِسی دُوسری شے کی ضرُورت نہیں رہتی اور اِس دُنیا کے تمام سُکھ اور لذّتیں پھیکی لگنے لگتی ہیں۔ لہٰذا من کو اپنے قابُو میں لانے اور تمام دُکھوں اور مُصیبتوں سے نجات حاصل کرنے کا یہی ایک واحد طریقہ ہے کہ اِسے نام (کلمہ) کے ساتھ جوڑ دو۔ کیونکہ فقط نام سے وابستہ ہو کر ہی من کی دَوڑ دُھوپ ختم ہو سکتی ہے۔ اِس کے عِلاوہ باقی تمام کوششیں بے سُود اور رائیگاں ہیں۔ جو ظاہراً شاید دُرست دِکھائی دیں لیکن دراصل اِن میں اُلجھ کر انسان دھوکے اور فریب کا شِکار ہو جاتا ہے۔ یہ سب اِسی طرح ہیں، جیسے ایک سانپ کو پِٹاری میں بند کر دِیا جائے۔ جب تک وہ پِٹاری میں بند ہے، تب تک ہم ضرُور اُس کے ڈنک سے بچے رہتے ہیں۔ لیکن اُس کے اُس پِٹاری میں سے باہر نِکل آنے کا ڈر ہمیشہ بنا رہتا ہے۔ سانپ کو جب بھی موقعہ ملے گا ڈنک ضرُور مارے گا کیونکہ وہ اُس کی خصلت میں شامِل ہے اور وہ اپنی

عادت سے مجبور ہے۔ نام (کلمہ) من کے دائرے سے بہت اُوپر سچ کھنڈ سے آتا ہے۔ یہ من کی حد سے باہر ہے۔ جب باطن میں مُرشد کا دیدار ہو جائے تبھی اُس کی رُوحانی عظمت کا علم ہوتا ہے۔

5

اِنسانی جامے کے سوا کسی بھی جُون میں رُوح کو خُدا سے وِصال کا شرف حاصِل نہیں ہو سکتا۔ اِنسان اپنی توجہ کو نقطۂ سویدا (تیسرے تل) پر یکسُو کر کے دِن رات دُھنکاریں دیتی ہُوئی نام یا شبد کی آواز کو پکڑ کر ہی خُدا سے واصِل ہو سکتا ہے۔ تمام رُوحیں نَو دروازوں کے اندر قید ہیں۔ یہ نَو دروازے رُوح کو باہر کی دُنیا کے ساتھ وابستہ رکھتے ہیں۔ تیسرے تل میں پوشیدہ دسواں دروازہ اِسے پرماتما کے ساتھ جوڑتا ہے۔ جب تک نفس اِن نَو دروازوں (دو آنکھیں، دو کانوں کے سُوراخ، دو ناک کے سُوراخ، ایک مُنہ اور نیچے دو اِندریوں کے سُوراخ) میں قید ہے تب تک یہ تین گُنوں کی تخلیق مادّیت (مایا) کے دیش کا ہی باشِندہ بنا رہتا ہے۔ یہ تین گُن ہمیں لُٹیروں کی مانِند لُوٹتے ہیں۔ اور ان کی وجہ سے ہم اپنی اصل سے بے خبر اپنے منبع کو ہی بُھول جاتے ہیں۔ اِن تین گُنوں (رجوگُن، ستوگُن، تموگُن) میں سے تموگُن سب سے حقیر ہے۔ سراسر تباہی کا باعث ہے۔ اِس کے زیرِ اثر ہی اِنسان نہایت سنگین گُناہ اور بُرے اعمال کرتا ہے۔ رجوگُن، اِنسان کو ہر طرح سے ورغلا کر اپنے جال میں پھنساتا ہے اور اُسے پریشان کئے رکھتا ہے۔ اِس کے برعکس ستوگُن، اِنسان میں رحم، نیک چال چلن اور خُدا کے تئیں عِبادت جیسے نیک اَوصاف پیدا کرتا ہے۔ اِنسانی جامہ سیڑھی کا آخری ڈنڈا ہے۔ اِس سے آگے خُدا کے حصُول کی چھت ہے۔ تینوں گُنوں کی حد کو پار کئے بغیر پرماتما سے مِلاپ ناممکن ہے۔ تین گُنوں سے اُوپر سہج اَوستھا ہے جو پار برہم سے شروع

ہوتی ہے۔ اور ست لوک (مقامِ حق) تک چلتی ہے۔ یہ مکمل ابدی سکون اور دائمی خوشی کی کیفیت ہے۔ اِن تین گنوں کی حد کے اندر سہج نہیں ہے یہ اوستھا چوتھے پد میں ہے اور کسی گورمکھ کامل سنت کو ہی ملتی ہے۔ گورو صاحب فرماتے ہیں:

ترہ گُناں وِچ سہج نہ پائیے، ترہ گُن بھرم بھُلائے
چوتھے پد مہہ سہج ہے، گورمُکھ پلے پائے

(آدگرنتھ، ص 68)

اِس کیفیت کو حاصل کر کے رُوح چوراسی (سلسلہ تناسُخ) کی بندشوں سے آزاد ہو جاتی ہے۔ اور خُدا کی عزیز کہلانے کی حقدار بن جاتی ہے۔ گورو ارجن دیو جی کہتے ہیں:

جن تُم بھیجے تِنہہ بُلائے سُکھ سہج سیتی گھر آؤ

(آدگرنتھ، ص 678)

یہ کیفیت مُرشدِ کامل کے بخشے ہُوئے نام کی بِلاناغہ لگاتار ریاضت کرنے اور اُن کی مَوج میں راضی رہنے پر حاصِل ہوتی ہے۔ اِس میں کِسی طرح کے شک یا شُبہ کی گُنجائش نہیں ہے۔ ہمیں تو فقط آنکھیں بند کر کے مُکمّل یقین اور بھروسے کے ساتھ مُرشد کے حُکم کی تکمیل کرنی ہے، خواہ ساری زندگی بھی داؤ پر کیوں نہ لگانی پڑے۔ اِنسانی عقل کا دائرہ محدُود ہے۔ یہ بے سمجھ اور انجان ہے۔ جب کہ مُرشد عِلم و فضل کے لِحاظ سے لامحدُود ہے۔ اپنی عقل اور سمجھ سے کُچھ بھی حاصِل نہیں ہو سکتا۔ اِس لئے اپنے مُرشد کے حُکم کی تکمیل میں ہی مُرید کی بھلائی ہے۔

6

سب سنت مہاتما (فقرائے کامل) اپنی رُوحانی کھوج میں ایک

ہی نتیجہ پر پہنچے ہیں :

الف۔ خُدا ایک ہے۔

ب۔ صرف اِنسان کو ہی اُس سے وِصال کا شرف حاصِل ہے۔ اُس کے لئے اُس کے اندر سچ، صبر و قناعت، پاک اخلاق اور جذبۂ معافی جیسے اَوصاف کا ہونا لازمی ہے۔

پ۔ اِنسان خُدا کو اپنے اندر ہی پا سکتا ہے۔ کہیں باہر نہیں۔

ت۔ خُدا سے مِلاپ کا وسیلہ رُوح کو نُقطۂ سویدا (تیسرے تِل) میں پُوری طرح یکسُو کر کے، نفس کو باطن میں ساکن کر کے کلمۂ الٰہی (شبد) کے ساتھ جوڑنا ہے۔

ٹ۔ یہ تبھی مُمکن ہو سکتا ہے جب خُدا کو منظُور ہو کہ رُوح سچ کھنڈ (مقامِ حق) اپنے اصل گھر واپس لَوٹ آئے۔ سنتوں، مہاتماؤں کی صحبت میں آ کر شبد کے ساتھ وابستہ ہونا ہی سب سے افضل اور مُقدّس عمل ہے۔ لیکن شبد کے ساتھ تبھی مِلاپ ہوتا ہے جب مُقدّر میں لکھا ہو۔ گورُو ارجن دیو جی کا قول ہے :

ہر کیرت سادھ سنگت ہے سر کرمن کے کرما
کہو نانک تِس بھیو پراپت جِس پُورب لِکھے کا لہنا

(آدگرنتھ، ص 642)

ث۔ جب نصیب میں لکھا ہوتا ہے تو اِنسان کا کامِل مُرشد سے مِلاپ ہوتا ہے۔ جِس سے باطن میں داخِل ہونے کا بھید مِلتا ہے اور مُرشد کی دَیا مہر سے رُوح نام کے ساتھ جُڑتی ہے جو اُسے اپنے ساتھ لے جا کر پرماتما سے مِلا دیتا ہے۔ گورُو نانک صاحب کہتے ہیں کہ پرماتما نے اپنا نام سنت رکھوالیا ہے۔ مُراد سنت جَن

(درویشانِ حق) مالک کا ہی رُوپ ہوتے ہیں:

ہمرو بھرتا بڑو ببیکی آپے سَنت کہاوے

(آدگرنتھ، ص 476)

آپ سمجھاتے ہیں کہ سنت ستگورو کے بغیر نہ تو مالک کی بندگی ہو سکتی ہے اور نہ ہی نام اور شبد سے رشتہ ہی قائم ہو سکتا ہے۔ گورو نانک صاحب بار بار تاکید کرتے ہیں کہ اپنے نفس کو باہر جانے سے روکو۔ باطن میں ساکن کر کے حاضر ناظر نام (ربّی کلمہ) کے ساتھ جوڑو۔ اگر ہم اِس ہدایت کو اپنے عمل میں نہیں لاتے تو ہمیں جمدوتوں کے ہاتھوں خراب ہونا پڑے گا اور دوزخ کی آگ میں جلنا پڑے گا۔ نام کے سِوا سب کچھ فنا پذیر ہے اور نام کی کمائی یعنی ربّی کلمے کے شغل کے بغیر کوئی اور طاقت ہماری مدد نہیں کر سکتی۔ گورو صاحب خبردار کرتے ہیں:

نام وِسار چلہہ اَن مارگ انت کال پچھوتاہی

(گورو نانک دیو، آدگرنتھ، ص 1153)

اور کرتوت سگلی جم ڈانے، گوبند بھجن بِن تِل نہیں مانے

(گورو ارجن دیو، آدگرنتھ، ص 266)

بِن ناوے ہور پُوج نہ ہووی بھرم بُھلی لوکائی

(گورو امر داس، آدگرنتھ، ص 910)

اِس لئے ہمیں چاہیئے کہ باہر بھٹکنا چھوڑ کر ہمیشہ باطن میں نام سے جُڑ جائیں۔ کیونکہ اِس کے بغیر نجات مُمکن نہیں۔

مُرشدِ کامل، سچّا گورو درحقیقت پرماتما ہی ہوتا ہے۔ گو بظاہر شکل و صُورت کے لحاظ سے ہمارے جیسا اِنسان دِکھائی دیتا ہے۔ لیکن اندر سے کُل مالک ہی ہوتا ہے۔ جو رشتہ لہر اور سمُندر کا ہے وہی سنت اور

پرماتما کا ہے۔ گورو گرنتھ صاحب میں لکھا ہے :

ہر کا سیوک سو ہر جیہا، بھید نہ جانہو مانس دیہا
جیُو جل ترنگ اُٹھہہ بہو بھاتی، پھر سللے سلل سمائیدا

(گورو ارجن دیو، آدگرنتھ ، ص 1076)

سنت مہاتما دُنیا میں رہتے ہُوئے بھی دُنیا دار نہیں ہوتے۔ وہ مکمل طور پر شبد میں سمائے ہُوئے ہوتے ہیں۔ اُن کی آتما پرماتما میں لین ہوتی ہے۔ سچّا مہاتما رحمت کا سمندر ہوتا ہے اور سب سے بڑا دوست، ہمدرد اور خیر خواہ ہوتا ہے۔ وہ ہمیں نام بخش کر نفس اور مادیت کی حد سے پار لے جاتا ہے۔ گورو صاحب کا فرمان ہے :

بلہاری گور آپنے دیو ہاڑی سد وار
جِن مانس سے دیوتے کیئے کرت نہ لاگی وار

(گورو نانک دیو، آدگرنتھ ، ص 462)

سنت مہاتما ہمیں پرماتما کے ساتھ مِلانے کے لئے آتے ہیں۔ وہ آپ خود خواہش اور غرض سے آزاد ہوتے ہیں اور ہمیں بھی اپنے جیسا ہی بنا لیتے ہیں۔ جو اِنسان مُرشدِ کامل کی پناہ میں آکر پیار اور لگن کے ساتھ اُسکے بخشے ہُوئے نام کی لگاتار رِیاضت میں لگ جاتا ہے، وہ پرماتما سے مِلکر اُسی کا رُوپ ہوجاتا ہے۔ مولانا رُوم کا قول ہے کہ سنت سچّے پارس ہوتے ہیں جو لوہے کو خالص سونا بنا دیتے ہیں۔ مُراد ظالم اور گُنہگار لوگوں کو بھی مہاتما بنا دیتے ہیں۔

کبیر صاحب نے تو سنتوں کو پارس سے بھی اُونچا درجہ دِیا ہے:

پارس میں اور سنت میں بڑو انترو جان
وہ لوہا کنچن کرے وہ کر لے آپ سمان

7

یگوں یُگانتروں سے سنت مہاتما کہتے چلے آرہے ہیں کہ پرماتما دَیا اور مِہر کا ساگر ہے۔ اُس کی رحمت کی کوئی اِنتہا نہیں۔ اِنسان خواہ مانگتے مانگتے تھک جائے، لیکن وہ دیتے دیتے نہیں تھکتا: 'دیدا دے لیدے تھک پاہِہ جُگا جُگنتر کھاہی کھاہ' (جپ جی صاحب) اُس کے خزانے کبھی خالی نہیں ہوتے اور کوئی بھی ایسی شے نہیں جو اُس کے بھنڈار سے نہ مِل سکتی ہو۔ پھر بھی دُنیا میں ایسا کوئی اِنسان نہیں جس کی تمام خواہشات پُوری ہو گئی ہوں۔ اِس کی کیا وجہ ہے کہ ایک طرف تو یہ کہا جاتا ہے کہ پرماتما کے خزانے میں کِسی چیز کی کمی نہیں ہے اور دُوسری طرف کوئی بھی اِنسان قانع نہیں ہے؟ اِس کا سبب یہ ہے کہ ہم پرماتما کی تخلیق کا پُورا منظر ایک ساتھ ایک ہی نظر میں نہیں دیکھ پاتے۔ ہم صرف اپنی آنکھوں کے سامنے آنے والی چیزوں کو ہی دیکھتے ہیں۔ ہم نہ تو ساری کائینات کو ایک ہی نظر میں دیکھ سکتے ہیں اور نہ ہمیں اپنے اور دُوسرے اِنسانوں کے پچھلے اعمال کا علم ہوتا ہے۔ جو کچھ دُنیا میں ہو رہا ہے، ہمیں اُس کی وجہ معلُوم نہیں ہوتی۔ ہم صرف کِسی ایک حادثے کو ہی جو ہمارے سامنے واقع ہوتا ہے، دیکھتے ہیں۔ سارا منظر ہماری آنکھوں کے سامنے نہیں ہوتا۔ یہ پہیلی تبھی سمجھ میں آسکتی ہے جب ہمیں اِس بات کا پُورا علم ہو جائے کہ رُوح ازلی اور لافانی ہے۔ اور مَوت کے وقت یہ جسم رُوپی ایک لِباس اُتار کر دُوسرا پہن لیتی ہے۔ لیکن جہاں بھی یہ نیا جنم لیتی ہے اپنے گزشتہ جنموں میں کئے گئے اعمال کا کھاتہ ساتھ لے جاتی ہے۔ نئے جنم میں ایک تو اپنی پچھلی ادھوری خواہشات پُورا کرتی ہے اور دُوسری طرف نئی خواہشات کے جال میں پھنس جاتی ہے۔ لیکن یہ ضرُوری نہیں ہے کہ ہماری تمام خواہشات اِنسانی وجُود میں ہی پُوری ہو سکیں، اِن کو پُورا کرنے کے لئے

نچلی جُونیوں میں بھی جانا پڑتا ہے۔

خواہش اعمال کی جنم داتا ہے اور اعمال سلسلۂ تناسُخ کا چکر چلاتے ہیں۔ اِس لئے سنت مہاتما اِس سلسلے کی جڑیں ہی کاٹ دیتے ہیں۔ آپ ہدایت کرتے ہیں کہ ' داتوں' کی بجائے داتا کو ہی مانگو، کیونکہ جب داتا (دینے والا) مل جائے تو اُس کی داتیں یعنی نعمتیں بھی اپنے آپ ہی چلی آئیں گی۔ پھر کسی چیز کی کمی نہیں رہے گی۔

اِس دُنیا کے سب سُکھ، سب کاروبار جھُوٹے ہیں۔ کیونکہ یہ ہمارے بے شمار دُکھوں اور مُصیبتوں کا سبب بنتے ہیں۔ گُورُو صاحب خبردار کرتے ہیں: پلچ پلچ سگلی مُوئی جھُوٹھے دھندے موہ

(گُورُو ارجن دیو، آدگرنتھ، ص 133)

اِن تمام مُصیبتوں، لاعلمی اور جہالت کے اندھیرے سے بچنے کا ایک ہی ذریعہ ہے اور وہ ہے نام کی کمائی (ربّی کلمے کا شغل)۔ فقط نام کے ساتھ جُڑ جانے سے ہی ابدی سکُون اور نجات مل سکتی ہے۔ لیکن اِس کی لذّت سے وہی واقف ہیں جنھوں نے اِسے چکھا ہے۔

8

درویشانِ حق، سنتوں مہاتماؤں کی زبان میں آرتی سے مُراد باطن میں نُورِ الٰہی کو دیکھنا اور شبد (کلمۂ الٰہی) کو سُننا ہے۔ دُنیا والوں کی نظر میں آرتی محض جیوتی (دِیوا) جلانے کی رسم کو پُورا کرنا ہے۔ سچّی آرتی کے لئے اِس طرح کی تیاری کی ضرورت ہے:

الف۔ مُرشد کے بتائے ہوئے رُوحانی راستے پر ثابت قدمی اور لگن کے ساتھ چلو۔ جب پُوری محنت کے باوجود بھی باطن میں ترقّی دِکھائی نہیں دیتی تو شاغل گھبرا جاتا ہے اور مُرشد کی جُدائی میں تڑپتا

ہے جس کی بدولت طالب کے دل میں مُرشد کے لئے شدید تڑپ اور گہری محبت پیدا ہو جاتی ہے جو تمام دُنیاوی خواہشات کو جلا کر راکھ کر دیتی ہیں۔ اِس سے رُوح مادّیت کی بندشوں سے آزاد ہو کر مالک کی عبادت کے قابل بن جاتی ہے۔ گورُو (مُرشد) کیلئے سچّا پیار اور گہری لگن رُوحانیت یعنی خُدا کی عبادت کی جان ہے یہ پیار مُرشد کی ہدایت کے مُطابق بھروسے کے ساتھ ریاضت کرنے سے پیدا ہوتا ہے۔

ب۔ دُنیاوی لگاؤ اور لالچ رُوحانیت کے راستے میں زبردست رُکاوٹیں ہیں۔ رُوح کام اور لوبھ کی بندشوں میں جکڑی ہوئی ایک کے بعد ایک فریب کا شکار ہو رہی ہے۔ سوامی جی مہاراج نے اُن الگ الگ طرح کے بندھنوں کا ذکر کیا ہے جو رُوح کو دُنیا کے ساتھ باندھ کر رکھتے ہیں اور اسے دُنیا سے اُوپر اُٹھ کر پرماتما کے مُقدّس قدموں میں پہنچنے سے روکتے ہیں۔ پہلا بندھن جسم کا ہے دُوسرا بیوی کا۔ تیسرا اولاد کا۔ چوتھا پوتے پوتیوں کا۔ پانچواں پڑپوتے پڑپوتیوں کا۔ چھٹا دھن دولت، ہاٹ حویلی کا۔ ساتواں اہنکار، نیک چال چلن کا تکبّر اور آٹھواں ریتی رواج، کرم کانڈ وغیرہ کا۔ آپ فرماتے ہیں:

بندھے تم گاڑھے بندھن آن ــــ ٹیک ــــ

پہلے بندھن پڑا دیہہ کا دُوسر تریا جان .1
تیسر بندھن پُتر بچارو چوتھا ناتی مان .2
ناتی کے کہیں ناتی ہووے پھر کہو کون ٹھکان .3
دھن سمپتی اور ہاٹ حویلی یہ بندھن کیا کروں بکھان .4

چُولڑ پچلڑ ستلڑ رسری باندھ لیا اب بہو بدھی تان .5
کیسے چھُوٹن ہوئے تُمہارا گھرے کھُونٹے گرڑے ندان .6

(سار بچن ، بچن 15 ، شبد 7)

یہ سب بندھن رُوح کو گُمراہ کرتے ہیں، ناپاک کرتے ہیں، جس کے سبب یہ پرماتما کو بالکُل بھُول جاتی ہے۔ فقط مُرشد کی ہدایت پر کاربند ہونے سے ہی اِن لوہے کی مضبُوط بیڑیوں سے خلاصی مُمکن ہے۔ اِس کے علاوہ چھُٹکارے کی اور کوئی صُورت یا راستہ نہیں ہے۔

ب. سچّی آرتی کِسے کہتے ہیں۔ سوامی جی مہاراج کا قول ہے:

سُرت سکھی آج کرت آرتی شبد گورو من اپنے دھارتی .1
بِرت دِیپ کا کِیا اُجالا روئی مایا جھُر گیا کالا .2
بِرت ببیک تھال لیا ہاتھا مد اور موہ جھُکایا ماتھا .3
دِین غریبی آن سمائی کُٹل کپٹ اب دُور بہائی .4
پریم بھکتی کی جوت جگائی لے کر سنمکھ سوامی آئی .5
پھیرت آرت گھیرت من کو ٹیرت رادھا سوامی چلی دھن گھن کو .6

(سار بچن ، بچن 6 ، شبد 8)

سوامی جی مہاراج آگے فرماتے ہیں کہ ستگورو نے مجھے شبد کا راز عطا فرمایا۔ مَیں نے اپنی توجہ کو آنکھوں کے مرکز، تیسرے تِل پر یکسُو کرکے باطن میں شبد دھُن کو پکڑ لیا۔ وہاں مجھے اپنے گورو کی نُوری صُورت کا دِیدار ہُوا:

گورو رُوپ سُہاون ات لگے گھٹ بھان اُجار

(سار بچن ، بچن 4 ، شبد 8)

وہاں پہنچ کر مَیں اپنے مُرشد کا سچّا سیوک بن گیا اور من اور مایا کی حد پار کر گیا۔

اِس کا سبب جاننا مُشکل نہیں، ستگورو کی نوری صورت اِتنی منّور اور اُس کی کشش اِتنی زبردست ہے کہ رُوح اپنے آپ ہی نفس اور مادّیت کی غلاظت سے پاک صاف ہو کر آخر میں اُس سَت نام رُوپی سمندر میں سما جاتی ہے، جس کی یہ ایک بُوند تھی۔سوامی جی مہاراج آگے فرماتے ہیں :

آنند منگل آج، ساج سب آرت لائی
رادھا سوامی ہوئے ہیں دیال، کال ڈر دُور بہائی
پریم مگن من ہُوا، کہا اب کچھُو نہ جائی
ست سنگی مِل آرت گاویں، تن من سُدھ بِسرائی
سوامی کرپا کری، سُرت اب لین جگائی
شبد اگم کا بھید، دین ستگورو درسائی
اُمنگ اُمنگ کر، اُمنگ اُمنگ کر، آرت گائی
پنچ شبد دُھن، پنچ شبد دُھن، پُورن آئی

(سار بچن، بچن 6، شبد 6)

9

کائنات میں اِنسانوں اور دیگر جانداروں کی تخلیق کے وقت شیطان (کال) نے اپنا ایک کارِندہ (ایجنٹ) ہر ایک رُوح کے ساتھ لگا دیا تاکہ وہ کسی بھی رُوح کو اُس کی سلطنت کی حد سے باہر نہ جانے دے۔ من کو سخت ہدایت کی گئی کہ وہ رُوح کو ہرگز نام کا بھید نہ مِلنے دے۔ اور نہ ہی وہ اُسے کبھی شبد یا ربّی کلمے کے نزدیک جانے دے۔

جب کُوچ کا نقارہ بجتا ہے تو ہر ایک رُوح کو اِس اعمال و حادثات کی سٹیج یعنی دُنیا کو چھوڑ کر جانا پڑتا ہے۔ کسی کا مُردہ جسم آگ اور کسی کا مٹّی کے سپُرد کر دِیا جاتا ہے۔ ہر رُوح دُنیا کے مناظِر سے آنکھیں بند کر کے اپنے اعمال کے مُطابق

ایک نیا جنم لینے پر مجبور ہو جاتی ہے۔ اعمال کا قانون سب پر لاگو ہوتا ہے۔ یہ اِس کائینات کا اٹل قانون ہے۔ ہر ایک رُوح کو اپنے بوئے ہوئے بیج کی فصل کاٹنی پڑتی ہے۔ اپنے اعمال کا پھل بُھگتنا پڑتا ہے۔

رُوح نفس اور مادیت کے جنگل میں کچھ اِس طرح بھٹک جاتی ہے کہ اِسے اپنے پاک رُوحانی وطن مقامِ حق کو جانے والی جرنیلی سڑک کا پتہ ہی نہیں لگتا۔ شبد کے بغیر رُوح اندھی ہے۔ وہ جائے تو کہاں جائے؟ اِس لئے یہ مادیت کا شکار ہو کر بار بار ٹھوکریں کھاتی ہے۔ کبیر صاحب کی بانی ہے:

شبد بِنا سُرت آندھری، کہو کہاں کو جائے
دُوار نہ پاوے شبد کا، پھر پھر بھٹکا کھائے

(کبیر ساکھی سنگرہ، حصّہ اوّل، ص 93)

فقط مُرشدِ کامل کے مہر و کرم سے ہی نام کے ساتھ وابستہ ہو جانے سے نفس مُکمّل طور پر قابُو میں آسکتا ہے۔ نام کی لذّت پاکر اِنسان مادیت کی زنجیریں توڑ کر ابدی سکوُن حاصِل کر لیتا ہے۔ گورُو رام داس جی فرماتے ہیں:

نام مِلے من ترپتیئے بِن نامے دھِرگ جیواس

(آدگرنتھ، ص 40)

10

جب تک نِرت یعنی رُوح کی دیکھنے کی قُوّت بیدار نہیں ہوتی، تب تک یہ اندر اُوپر کی جانب پرواز نہیں کر سکتی۔ رُوح کی دونوں طاقتوں —— سُرت اور نِرت —— کی ایک ساتھ مدد کے بغیر رُوحانی ترقّی مُمکن نہیں۔ کئی شاغِل شبد کو سُننے پر زور دیتے ہیں لیکن باطن میں رُوح کی دیکھنے کی قُوّت نِرت کو بیدار نہیں کرتے۔ کیونکہ جب تک خیال تیسرے تِل (نُقطۂ سویدا) پر یکسُو نہیں ہوتا، نہ تو من اندر ٹھہرتا ہے اور نہ ہی شغل میں کوئی لُطف

آتا ہے۔ جب سُرت یعنی رُوح کی اندرُونی آنکھ کھُل جاتی ہے، باطن میں اُس کے دیکھنے کی قُوّت بیدار ہو جاتی ہے تو شبد بھی صاف صاف سُنائی دینے لگتا ہے اور یہ بخُوبی واضح ہو جاتا ہے کہ وہ شبد کی آواز اندر سے ہی آرہی ہے، کہیں باہر سے نہیں۔ اُس وقت شبد کی سب سے باریک اور سُریلی دُھن (آواز) کو پکڑنا چاہیئے۔ جس سے رُوح اور آگے بالائی رُوحانی طبقات میں جا سکے۔ دسویں دُوار میں پہُنچ کر یہ کال (شیطان) اور مادّیت سے مُکمّل طور پر آزاد ہو جائے گی۔

11

سب درویشانِ حق، سنتوں مہاتماؤں کی تعلیم کا لُبِّ لُباب یہ ہے کہ بغیر مُرشدِ کامِل کی عِبادت اور پیار کے رُوحانی ترقّی ناممکن ہے۔ مُرشد کے پیار سے ہی باطن میں نام (ربّی کلمہ) سے مِلاپ ہوتا ہے اور اُس اکھنڈ کیرتن کی میٹھی اور سُریلی دُھنیں سُنائی دیتی ہیں۔ یہ اصل گُورمَت یا سنت مَت یعنی فُقرائے کامِل کی تعلیم کا نچوڑ ہے۔ اِس کے عِلاوہ باقی سب کچھ دھوکا اور فریب ہے۔ کیونکہ جب تک ہم نفس اور مادّیت کی زد میں ہیں، ہم درحقیقت نفس اور حواسِ خمسہ کی گرفت میں ہیں ہم من کی راہ پر چل رہے ہیں۔ عِبادت کا راستہ ہمارے اصلی گھر کو جانے والی جرنیلی سڑک ہے۔ جب ایک بار اُس راہ پر چل پڑیں تو پھر کہیں بھی جائیں، کیسی بھی حالت میں ہوں، مُرشد کا دستِ کرم ہمیشہ ہماری پیٹھ پر ہوتا ہے اور وہ ہمیشہ ہماری رہنُمائی کرتے ہوئے ہمیں آگے لے جانے کے لئے تیار رہتے ہیں۔ اگر ہمارا اپنے ستگورُو پر یقین اور بھروسہ مُکمّل ہے تو ہمارے سچ کھنڈ (مقامِ حق) تک رسائی کر لینے میں کِسی شک و شُبہ کی گنجائش نہیں ہو سکتی۔ ہم یقیناً وہاں پہُنچ جائیں گے اور ضرُور پہُنچ جائیں گے۔ باقی تمام ذرائع کھوکھلے اور بے معنی ہیں، خالی سیپوں اور کوڑیوں کی

مانند۔ اِس لئے بندگی اور عِبادت کے راستے پر مُکمّل عقیدت اور مُستقِل مزاجی کے ساتھ چلتے رہنا چاہیئے۔ اپنی عقل و اِدراک (سمجھ) اور علمیت کو بالائے طاق رکھ کر پُوری طرح مُرشد کی پناہ لے لو۔ اپنے آپ کو اُس کے حوالے کر دو۔ مُرشد کے حُکم میں رہو۔ اِس طرح ہم سچّے گورمُکھ (مومن) بن جاتے ہیں۔ پرماتما عقل کی پہنچ سے بہت دُور ہے۔ مُرشد کی مدد کے بغیر ہم اُسے کبھی نہیں پا سکتے۔ گورُو امرداس جی فرماتے ہیں:

اے من چنچل چتُورائی کِنے نہ پایا

(آدگرنتھ، ص 919)

گورُو نانک صاحب کا قول ہے:

بِن ستگورُ کِنے نہ پائیو بِن ستگورُ کِنے نہ پایا
ستگورُ وِچ آپ رکھیون کر پرگٹ آکھ سُنایا

(آدگرنتھ، ص 466)

سوامی جی مہاراج کہتے ہیں:

بِن گورُ وقت بھگتی ناہِ پاوے
بِنا بھگتی سَت لوک نہ جاوے

(سار بچن، بچن 8، شبد 1)

شدید تڑپ، اِشتیاق، دِل میں سچّا عِشق اور عقیدت سب سے ایک ہی مُراد ہے۔ پیار، لگن اور عقیدت سنت مت کی ضرُوری شرطیں ہیں۔ گورمَت کا حِصّہ ہیں۔ اور سچّی بھگتی کے لئے نہایت لازمی ہیں۔ باقی سب باتیں من کے دھوکے ہیں۔ رُوح، ستگورُ اور پرماتما تینوں ہی عِشقِ حقیقی کے لامحدُود طویل سِلسلے کی کڑیاں ہیں۔ مالِک کے بھگتوں کے اندر یہی پیار نُمایاں ہوتا ہے۔ پرماتما ایک وسیع سمُندر ہے۔ ستگورُ اُس سمُندر کی ایک

لہر ہے۔ آتما اُس کی بُوند ہے۔ جیسے بارش کی بُوند زمین پر گر کر مَیلی اور مٹّی میں مل کر نہایت گندی ہو جاتی ہے، ویسے ہی رُوح اِس جسمانی دُنیا میں آکر من اور مایا کے گندے پردوں میں لپٹی ہُوئی اپنے نُور اور تجلّی کو بالکل کھو بیٹھی ہے۔ بارگاہِ الٰہی میں سچّے عشق کے سوا دُوسری اور کوئی شے ہے ہی نہیں۔ وہ خالص عشق کا مقام ہے۔ وہ پاک اور لاانتہا پیار کا سرچشمہ ہے۔ جہاں مادّیت کی غلاظت کے لئے کوئی گنجائش ہی نہیں ہے۔ فُقرائے کامل کے سوا وہاں کسی کی رسائی نہیں ہو سکتی۔ اور فقط سنت مہاتما یعنی درویشانِ حق کے لئے وہ مقام مخصُوص ہے۔ اِس لئے مقامِ حق کے ساکن ستگوُرُ (مُرشد) کے ساتھ جتنی بھی محبت کی جائے کم ہے۔

اگر ہم اِس سچائی کو بخوُبی سمجھ لیں کہ ہمارا سب کا خالق ایک ہے۔ ہم ایک ہی باپ کی اولاد ہیں، ہم سب اُس بحرِ عشق کے قطرے ہیں تو ہر قسم کے لڑائی جھگڑے، ویر، وِرودھ، اِیرشا (حسد) اور دُوئی کے مسئلے اپنے آپ حل ہو جاتے ہیں۔ یہ بات ذہن نشین ہو جانے پر ہر طرف سُکھ، شانتی اور خُوشی کی لہریں اُٹھنے لگیں گی۔ گندگی کی صحبت میں گدلا ہو چکا پانی جب سُورج کی تپش سے بھاپ بن کر اُوپر بادلوں میں سما جاتا ہے تو اپنی پہلے جیسی پاک صُورت اِختیار کر لیتا ہے۔ رُوح بھی اُس پانی کی مانند ہے۔ یہ نفسانی خواہشات کی غلاظت سے نہایت گندی اور مَیلی ہو چکی ہے۔ جب یہ بالائی رُوحانی طبقات میں پہنچتی ہے تو نفس اور مادّیت کی تمام غلاظتیں دُور ہو جاتی ہیں اور اِس کی ذاتی پاکیزگی مکمل طور پر بحال ہو جاتی ہے۔

اِنسانی وجُود درحقیقت امرت یعنی آبِ حیات کا چشمہ ہے۔ جیسے کستُوری ہرن کی ناف میں ہوتی ہے اور وہ اُس راز سے بے خبر اُس کی کھوج میں باہر ہی بھٹکتا پھرتا ہے، ویسے ہی اِنسان بھی اُس امرت (آبِ حیات) کی تلاش میں

باہر ہی اپنا وقت برباد کرتا پھر رہا ہے۔ گورُو امرداس کی بانی ہے:

گھر ہی مہہ امرت بھرپُور ہے من مُکھا سواد نہ پائیا
جیُو کستُوری مرگ نہ جانے، بھرمدا بھرم بھُلائیا

(آدگرنتھ، ص 644)

'بن شبدے جگ باورا' شبد (کلمہ) کے شغل کے بغیر اِنسان اِس اِنسانی جامے کو فضول ضائع کر دیتا ہے۔ گورمُکھ (مومن) یعنی درویشانِ حق اپنے باطن میں آبِ حیات کے چشمے سے پیالے بھر بھر کر پیتے ہیں۔ کبیر صاحب فرماتے ہیں:

گگن منڈل وِچ اُردھ مُکھ کوئیا، گورمُکھ سادھو بھر بھر پیا
نگرے پیاس مرے بن کیا، جاکے ہیئے اندھیارا ہے

(سنتوں کی بانی، ص 229)

گورُو انگد دیو جی کا فرمان ہے:

نانک امرت ایک ہے، دُوجا امرت ناہہ
نانک امرت منے ماہہ، پائیے گور پرساد

(آدگرنتھ، ص 1238)

فقط مُرشد کے پیار اور عقیدت کے ذریعے ہی اِس نام رُوپی امرت (آبِ حیات) کا پتہ چلتا ہے۔ بے شک شرُوع میں مُرشد (گورُو) سے پیار اِتنا گہرا نہیں ہوتا لیکن لگن اور عقیدت کے ساتھ مُرشد کے بتلائے ہُوئے راستے پر چلتے رہنے سے جلد ہی یہ پیار کا سمندر ٹھاٹھیں مارنے لگتا ہے۔ وقت پاکر یہی پیار رُوح کو ہمیشہ کے لئے دُنیا کے بندھنوں سے آزاد کر دیتا ہے۔

پرماتما کے لامحدُود مہر و کرم سے ہمیں اِنسانی جامہ مِلا ہے اور فقط اِس اِنسانی جامہ میں ہی خُدا کے وِصال کا شرف حاصل ہو سکتا ہے۔ پرماتما کے مہر و کرم سے مُرشدِ کامل سے مِلاپ بھی ہو گیا ہے اور اُس نے ہمیں نام (کلمہ) کا بھید بھی

دے دیا ہے اور یہ دات بخش کردہ سدا کے لئے ہمارے اندر تیسرے تل (نقطۂ سویدا) میں جا بیٹھا ہے۔ اب یہ ہمارا فرض ہے کہ مُرشد (ستگورُ) کی ہدایت کے مُطابِق چلیں، اُس سے پیار بڑھائیں اور دائمی خُوشی حاصِل کریں۔ شبد سے تعلّق اور خُدا کے وِصال میں ہی حیاتِ جاوِداں اور دائمی سُکھ ہے۔ گوُرو نانک صاحب کا قَول ہے:

رام نام من بیدھیا اَور کی کری وِچار
سبد سُرت سُکھ اُوپجے پربھ راتو سُکھ سار

(آدِ گرنتھ، ص 62)

12

جو بھی عِبادت کی راہ پر چلنا چاہتا ہے، اُس کے لئے چند ضرُوری شرطوں کی پابندی نہایت لازمی ہے۔ اِس راہ پر چلنے کے لئے اپنے عہدے، مان بڑائی کے خیال سے اُوپر اُٹھنا چاہیئے۔ سماج کی نِندا، چُغلی، تہمتیں، ہنسی، مذاق سب کچھ برداشت کرنا چاہیئے۔ یہ نِندا، چُغلی اور دُنیا کی ملامت اور بدسلُوکی دراصل عِشقِ الٰہی اور عِبادت کی گلی کے چوکیدار کا کام کرتے ہیں۔ یہ سالِک کے نفس کی غلاظت کو دھو کر اُسے پاک صاف بنا دیتے ہیں۔ مُتلاشیٔ حق کو اپنے دوستوں، نزدیکی رِشتہ داروں وغیرہ کی مُخالفت کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔ رِیتی رواج، شرعی رسُوم، کرم کانڈ کو ترک کرنا پڑتا ہے جو اُسے باہری دُنیا میں بھٹکاتے رہتے ہیں۔ لوبھ، لالچ، دھوکا، فریب سے خبردار رہنا پڑتا ہے۔

کبیر صاحب کا کلام ہے:

کامی، کرودھی، لالچی، اِن تیَں بھگتی نہ ہوئے
بھگتی کرے کوئی سوُرما، جات برن کُل کھوئے

(کبیر ساکھی سنگرہ، حصّہ اوّل، ص 33)

رب کے عاشق کو ایسی سہج اوستھا حاصل کرنی پڑتی ہے، جس میں عزت ملے تو خوشی نہ ہو، ذلت پیش آئے تو دکھ نہ ہو۔ عزت اور بے عزتی دونوں میں کوئی فرق محسوس نہ ہو۔ تعریف کرنے والوں اور نندا چغلی کرنے والوں کی طرف سے بے نیاز ہونا پڑتا ہے۔ یہ بھروسہ کرنا پڑتا ہے کہ پرماتما کے حکم کے بغیر ایک پتہ بھی ہل نہیں سکتا۔ چنتا یا پریشانی روحانی شغل میں رکاوٹ پیدا کرتی ہے۔ جب تک دنیا کا ڈر پوری طرح دور نہیں ہوتا، اوہام و شکوک سے چھٹکارا نہیں ملتا بھجن سمرن میں پختگی نہیں آسکتی۔ جو لوگ درویشان حق سے بدسلوکی کرتے ہیں وہ بندگی اور اس سے وابستہ ابدی سکون کی عظمت سے ناواقف ہوتے ہیں۔ انہیں بہت نقصان اٹھانا پڑتا ہے۔ شاغل کو نفسانی رجحان (من مت) چھوڑ کر گورو مت یعنی مرشد کی تعلیم پر کاربند رہنا چاہیئے۔ اگر وہ اپنے آپ کو مرشد کی پناہ کے مضبوط قلعے میں بند کر کے صدق دلی اور پیار سے اس کے حکم کی تکمیل کرتا رہے تو اسے کسی قسم کی پریشانی اور ڈر نہیں رہتا۔ وہ نجات پا لیتا ہے۔ کبیر صاحب فرماتے ہیں :

گورو کو سر پر راکھیئے چلیئے آگیا ماہیں
کہہ کبیر تا داس کو تین لوک ڈر ناہیں

(کبیر ساکھی سنگرہ، حصہ اول، ص ۲)

لگاتار عمل اور ابھیاس سے ہی انسان کسی کام میں مکمل مہارت حاصل کر سکتا ہے۔ شروع میں طالب کے دل میں کئی طرح کے شکوک و شبہات ہوتے ہیں۔ لیکن نیک دلی اور ثابت قدمی کے ساتھ کوشش کرتے رہنے سے آہستہ آہستہ اس کا دل پاک صاف ہوتا جاتا ہے اور اس کے دل میں لامحدود عشق کا جذبہ بیدار ہو جاتا ہے۔ فقط دکھاوے سے کچھ بھی حاصل نہیں ہو سکتا۔ پیار اور عبادت کی کمی کو تو فقط مصمم ارادے، لگن اور مستقل مزاجی کے ساتھ بھجن

سمرن میں جُٹے رہنے سے ہی پُورا کیا جا سکتا ہے۔ مُرشد میں مُکمّل اعتقاد اور بھروسے سے ہی باطن میں نام کا ظہُور ہوتا ہے جو دُنیا کے سب دُکھوں کی اکسیر دَوا ہے۔ گورُو ارجن دیو جی کا فرمان ہے:

سرب روگ کا اوکھد نام (آدگرنتھ، ص 274)

سوامی جی مہاراج نے بھی گورُو بھگتی اور ستگورُو پریم پر خاص زور دِیا ہے۔ کیونکہ اِس کے علاوہ اِس بحرِ حیات کو عبُور کرنے کا اور کوئی ذریعہ نہیں ہے۔

گورُو کا دھیان کر پیارے، بِنا اِس کے نہیں چھُٹنا

(سار بچن، بچن 19، شبد 2)

گورُو بھگتی درِڑھ کے کرو، پیچھے اور اُپائے
بِن گورُو بھگتی موہ جگ، کبھی نہ کاٹا جائے

(سار بچن، بچن 8، شبد 1)

13

گورُو ارجن دیو جی نے اِس دُنیا کو جیسا دیکھا ہے ویسی ہی اِس کی تصویر ہمارے سامنے پیش کرتے ہیں۔ آپ کا قول ہے کہ ساری دُنیا دُکھوں مُصیبتوں میں مُبتلا، تڑپ رہی ہے۔ کوئی جسمانی طور پر دُکھی ہے تو کوئی دماغی لحاظ سے پریشان ہے۔ کام، کرودھ، لوبھ، موہ اور اہنکار، اِن پانچ ڈاکوؤں نے لوگوں کی تمام دَولت لُوٹ کر، اِنہیں مجبُور اور لاچار بنا کر پاگل پن کی حد تک پہنچا رکھا ہے۔ ساری دُنیا اِن پانچ عیُوب (وِکاروں) سے زہر آلودہ ہو چکی ہے۔ کوئی بھی اِن سے بچ نہیں پایا:

مُوسن ہار پنچ بٹوارے   سُونے نگر پرے ٹھگ ہارے
اُن تے راکھے باپ نہ مائی   اُن تے راکھے مِیت نہ بھائی
درب سیانپ نہ اوئے رہتے   سَادھ سنگ اوئے دُسٹ وس ہوتے

اِس گرہہ میں کوئی جاگت رہئے ثابت وست اوہ اپنی لئے

(آدگرنتھ، ص 182)

لوگ دماغی اور رُوحانی گراوٹ اور جسمانی بیماریوں کے بوجھ سے تھک کر چُور ہو چُکے ہیں۔ نوجوان سُکھ شانتی کے خواب دیکھتا دیکھتا ہی بُوڑھا ہو جاتا ہے۔ لیکن کچھ بھی پلّے نہیں پڑتا۔ ہر طرف دُکھ مُصیبت اور بے چینی ہے۔ جو چیزیں کبھی حاصل نہیں ہو سکتیں، اُن کے حصُول کی تمنّا درحقیقت ایک ایسی مرگ ترِشنا ہے جو اِنسان کو ہمیشہ غلط فہمی میں مایُوس اور بیقرار رکھتی ہے۔ دھن دَولت، ہاٹ حویلیاں، صحت جوانی، اقتدار یہ سب کچھ عارضی ہیں۔ جو چیزیں دیکھنے میں سُکھ کا سامان نظر آتی ہیں، وقت کے ساتھ دُکھوں میں تبدیل ہو جاتی ہیں۔ یہ جو سُکھ دِکھائی دیتے ہیں، تھوڑے عرصے کے لئے بجلی کی طرح چمک دِکھا کر زِندگی بھر کے لئے رنج و اَلم کے اندھیرے میں چھوڑ جاتے ہیں۔ نفسانی لذّات نے دُنیا کو تباہی اور بربادی کے راستے پر ڈال رکھا ہے۔ 'بھوگ سے روگ اور روگ سے شوک' اِنسان جتنا زیادہ نفسانی لذّتوں میں غلطان رہتا ہے، اُتنا ہی اُسے جسمانی بیماریوں اور اُن سے پیدا ہونے والے دُکھوں اور پریشانیوں کا سامنا کرنا پڑتا ہے۔ ایک لمحہ کے لئے خُوشی کا احساس، اِقتدار کا عارضی جنُون، شہوت پرستی کا پَل بھر کا نشہ، اِن سب عِلّتوں کا انجام دُکھ تکلیف اور پریشانی ہے۔ افسوس کی بات ہے کہ سب کچھ جانتے ہُوئے بھی لوگ اندھوں کی طرح اِن کے پیچھے بھاگتے رہتے ہیں۔ اُنہوں نے سکُون و چین کے حقیقی سرچشمہ نام (کلمہ) کے شغل سے مُنہ موڑ رکھا ہے۔ فقط نام کے شغل سے ہی اِنسان کو اُس کے تمام دُکھوں اور مُصیبتوں سے نجات مِل سکتی ہے۔

لوگ اکثر اِس خام خیالی کا شِکار ہو جاتے ہیں کہ 'ایہہ جگ مِٹھا اگلا کِن ڈِٹھا' وہ سمجھتے ہیں کہ دُنیا اور دُنیا کے سازو سامان ہمیشہ قائم رہنے والے

ہیں۔ یہ اُن کی بھول ہے۔ یہ مایا کا کھیل ہے۔ ہم ہر روز دیکھتے ہیں کہ ہمارے ساتھی ہمارا ساتھ چھوڑ کر چلے جا رہے ہیں۔ ہم اکثر اُنہیں اپنے کندھوں پر اُٹھا کر آگ یا مٹی کے سپرد کر کے آتے ہیں۔ ہر شے تغیّر پذیر ہے۔ جو سُکھ ظاہرہ طور پر ہمیں پیارے اور دلفریب لگتے ہیں، محض چند روز کے لئے ہوتے ہیں۔ وہ وقت پا کر دُکھ میں تبدیل ہو جاتے ہیں۔ ہماری تمنّاؤں کی کوئی حد نہیں ہے۔ ایک میں سے دُوسری اور دُوسری میں سے تیسری جنم لیتی رہتی ہے اور یہ کبھی نہ ختم ہونے والا سلسلہ ہمیشہ جاری رہتا ہے اور پھر اِن خواہشات کو پُورا کرنے کے لئے بار بار دُنیا میں جسم کی قید میں آنا پڑتا ہے۔ اپنے اِن بندھنوں کو توڑنے کی بجائے ہم ایسے اعمال کر بیٹھتے ہیں کہ یہ بندھن اور زیادہ مضبوط ہوتے چلے جاتے ہیں، جس کی بدولت ہم دُنیا کے جیل خانے میں ہمیشہ قید رہتے ہیں۔

رُوح مالکِ کُل کا جزو (انش) ہے لیکن یہاں نفس کی غلام بنی بیٹھی ہے۔ اور نفس (من) آگے حواسِ خمسہ کا غلام ہے۔ اِس کے نتیجے کے طور پر ساری دُنیا پانچ بڑے نفسانی روگوں کام، کرودھ، لوبھ، موہ اور اہنکار کا شکار ہے۔ اِس طرح نفس شُترِ بے مُہار کی مانند مارا مارا پھرتا ہے۔ اور اس کی آوارہ گردی کبھی ختم نہیں ہوتی۔ اِسے دُکھ ہی دُکھ، مُصیبتیں ہی مُصیبتیں برداشت کرنی پڑتی ہیں لیکن یہ ایسا جاہل ہے کہ بار بار سزا ملنے کے باوجُود بھی کچھ نہیں سیکھ پایا۔ من ایک بہت اچھا خادم ہے۔ لیکن اِس جیسا نہایت خبیث (بُرا) آقا بھی نہیں ہے۔ نفس کو اگر ضبط میں رکھا جائے تو یہ بڑے حیرت انگیز کام سرانجام دے سکتا ہے لیکن اِس کے برعکس اگر اِسے آوارہ یا آزاد چھوڑ دیا جائے تو یہ زبردست تباہی اور بربادی کا سبب بن جاتا ہے۔ چاہیئے تو یہ تھا کہ نفس رُوح کے تابع ہوتا، اور حواسِ خمسہ نفس کے قابُو میں تھا کہ یہ ہولناک حالات بدل جاتے اور اِنسان اپنی زندگی کے اعلیٰ نصبُ العین ـــ جس کے حصُول کیلئے اِسے یہ

اِنسانی جامہ مِلا ہے ــــــــ کو پُورا کر سکتا، لیکن جیسے جیسے لوگ ــــ دُنیاوی سازوسامان کے لگاؤ میں پھنستے چلے جاتے ہیں، ویسے ویسے اپنے اصلی گھر مقامِ حق سے دُور ہوتے جاتے ہیں۔ اِس مسئلے کا فقط یہی ایک حل ہے کہ مُرشدِ کامل کی زیرِ ہدایت نام یعنی کلمے کے شغل میں لگ جانا چاہیئے۔ اِس کے عِلاوہ دُوسرا اور کوئی راستہ نہیں ہے۔

تمام رنگ وصُورت، سازوسامان محض دھوکا ہیں۔ ہمیں قیدی بنائے رکھنے کے لئے یہ شیطان کے فریب کاری سے بنے ہُوئے جال ہیں۔ نفس اور رُوح دونوں کو اپنی منزل سے گمراہ کر کے اُس کے اصل راستے میں اڑچنیں ڈالنے کیلئے شیطان (کال) نے اپنے پانچ کارکُن ــ کام، کرودھ، لوبھ، موہ اور اَہنکار ــ چھوڑ رکھے ہیں۔ جیسے پرِندہ دانے کے لالچ میں آکر شِکاری کے جال میں جا پھنستا ہے، ویسے ہی رُوح خواہشات کی کشِش سے مُتاثر ہو کر شیطان کے جال میں پھنس جاتی ہے۔ رُوح پرائے مُلک میں دُشمن کے گھیرے میں ہے اور کبھی ختم نہ ہونے والی خواہشات کا شِکار ہو چُکی ہے۔ خواہشات کی لہریں یکے بعد دِیگرے اُٹھتی چلی آتی ہیں۔ اور اِسے ہمیشہ پریشان کئے رکھتی ہیں۔ اِس حالت میں رُوح بالکُل بے سہارا، مجبُور اور لاچار دُکھ اور مُصیبتیں بھوگتی چلی آرہی ہے۔ جب تک مُرشدِ کامِل کی صُحبت میں آکر اُس کے مہر وکرم سے نام کے ساتھ وابستہ نہیں ہوتی، اِس کے اندر اپنی اصل قُوّت بیدار نہیں ہوتی۔ اِس دُنیا کے لوگ داتا کو چھوڑ کر اُس کی داتوں (نعمتوں) کے پُجاری بنے بیٹھے ہیں۔ لیکن اُس مالکِ کُل کی بندگی اور عِبادت کے بغیر دُنیا سے نجات نہیں مِل سکتی۔

اِس دُنیا میں کوئی بھی اِنسان خواہشات سے خالی نہیں ہے۔ فقط خُدا کے فضل وکرم سے ہی اِنسان اِن سے اُوپر اُٹھ سکتا ہے۔ خُدا حاضِر ناظِر اور قادرِ مُطلق ہے۔ وہ جو چاہے کر سکتا ہے۔ اگر وہ چاہے تو ہمیں مادّیت کی چمک دمک

میں پھنسائے رکھتے اور اگر چاہے تو ہمیں اپنی بندگی میں لگا کر اِس سے نجات دِلوا دے۔ خُدا خُود مُختار ہے۔ اُس کی رضا میں کِسی کو دخل نہیں۔ اُس کے فضل وکرم اور مدد سے ہی اُس کے عاشق اِس بحرِ حیات اور مَوت سے پار اُتر سکتے ہیں۔ وہ تیسرے تِل پر اپنی توجہ کو یکسُو کر کے اندر جاتے ہیں اور نام کے ساتھ جُڑ جاتے ہیں۔ اِس کے برعکس نفسانی لذّات میں غلطان لوگ دُنیا کی عیش وعشرت اور سازوسامان کے ساتھ بندھے ہُوئے اپنی رُوحانی قوّت کو نیست ونابُود کر دیتے ہیں۔ مادّیت ہماری رُوح کو باہر اور نیچے کی جانب کھینچتی ہے۔ جبکہ نام کی کشش اِسے اندر اور اُوپر کی جانب لے جاتی ہے۔

14

جب قحط پڑتا ہے تو گوالے اپنے مویشیوں کو اپنے ساتھ لئے چارے کی تلاش میں ایک جگہ سے دُوسری جگہ بھٹکتے پھرتے ہیں۔ جب اُنہیں کہیں گھاس اور ہریالی مِل جاتی ہے تو وہاں عارضی طَور پر ضرُورت کے مُطابق بندوبست کر لیتے ہیں۔ مُستقِل طَور پر وہاں اپنا ڈیرہ نہیں جماتے، کیونکہ اُنہیں یقین ہوتا ہے کہ وہ بہت جلد اپنے گھروں کو لوٹ جائیں گے۔ اِس دُنیا میں ہماری رہائش بھی اِسی طرح مُختصر اور عارضی ہے۔ اِس لئے ہمیں بھی یہاں ویسے ہی عارضی اور کام چلاؤ رشتے قائم کرنے چاہئیں ایک دِن ہمیں اپنے رِشتہ داروں، دوستوں دھن دَولت، مال اسباب اور دُنیاوی ساز و سامان کو یہیں چھوڑ کر چلے جانا ہے اور تو اور مَوت کے وقت ہمارا جِسم بھی ہمارے ساتھ نہیں جائے گا۔ ہمیں کچھ پتہ نہیں کہ کب اور کیسے دھرم راج کی عدالت سے بُلاوا آجائے۔ اِسلئے ہمیں اِس دُنیا کے سازوسامان پر اپنا دعوے نہیں جمانا چاہیئے، بلکہ اِنہیں اُدھار پر دی گئی چیزیں سمجھ کر اِن کی مُناسب دیکھ بھال کرتے ہُوئے اپنے جائز اِستعمال میں لانا چاہیئے۔ یہ دُنیا ہمارے لئے ایک رَین بسیرا ہے جو نہی

رات ختم ہوئی ہمیں نئے سرے سے اپنا سفر شروع کرنا پڑتا ہے۔ اِس لئے دُنیا کے سازو سامان سے اِتنا گہرا لگاؤ نہیں ہونا چاہیئے کہ ہمیں بار بار یہاں آنا پڑے۔ اگر ہمارے دِل میں دُنیا کا پیار ہوگا تو وہ یقیناً ہمیں یہیں کھینچ کر لے آئے گا۔ جب ہمیں کسی شے کی خواہش ہوتی ہے تو ہم اُس کے ساتھ بندھ جاتے ہیں۔ دُنیا میں بڑے بڑے راجہ مہاراجہ فاتح اور ڈِکٹیٹر ہوئے ہیں۔ جو بڑے تکبّر اور غرُور کے ساتھ ہر شے پر اپنا حق جماتے ہوئے 'مَیں . میری' کا دعوے کرتے رہے۔ لیکن جب یہاں سے گئے تو خالی ہاتھ ہی گئے۔ ایک معمُولی سُوئی تک بھی وہ اپنے ساتھ نہیں لے جا سکے۔ اِس لئے دُنیاوی اشیا، سازوسامان سے مُنہ موڑ کر ہمیں باطن میں نام کے ساتھ جُڑ جانا چاہیئے۔

یہ دُنیا ایک تھوڑی دیر کا خواب ہے۔ اِس کی کچھ بھی حقیقت نہیں ہے۔ یہاں کی ہر شے فانی ہے۔ جیسے پھُول کھِل کر جلدی ہی مرجھا جاتا ہے، ایسے ہی اِنسانی زِندگی عارضی اور مختصر ہے۔ جِس طرح مختلف اداکار سٹیج پر آکر اپنا اپنا پارٹ ادا کرتے ہیں، کوئی راجہ کا، کوئی رانی کا، کوئی وِلین کا۔ لیکن جب وہ ناٹک ختم ہو جاتا ہے تو وہاں نہ کوئی راجہ ہوتا ہے، نہ رانی اور نہ کوئی وِلین۔ وہ سب اپنی اپنی اداکاری کے رِشتے بھُول کر اپنے اپنے گھر چلے جاتے ہیں۔ اُن اداکاروں کی مانند ہمارے تعلّقات، رِشتے ناطے بھی بناوٹی اور عارضی ہیں۔ اُن اداکاروں کی طرح ہمیں بھی دُنیا کی سٹیج پر اپنا اپنا رول ادا کرنا پڑتا ہے۔ مہمان گھر والوں سے اپنی حسبِ منشا سہولتوں کی مانگ نہیں کرتا۔ جو کچھ بھی گھر والے اُسے مہیّا کرتے ہیں وہ اُس کے لئے گھر والوں کا شکریہ ادا کرتا ہے۔ اُسی طرح ہم پر بھی یہی واجب ہے کہ اِس دُنیا میں تھوڑے عرصے کی زندگی کے دَوران مالک کی مَوج میں رہیں۔ اور جو کچھ ہمیں دیا ہے، اُس پر صبر کرتے ہوئے اُس کے احسان مند ہوں۔

دُنیا کے سب لوگ بے سُود بھٹکتے پھر رہے ہیں۔ قدم قدم پر مایُوسی اور ناکامی کا مُنہ دیکھنا پڑتا ہے۔ ہم دھن دولت، مال اسباب اور بال بچّوں کے لئے روتے پیٹتے ساری عُمر بتا دیتے ہیں۔ اور جب یہ سب کچھ ہاتھ سے نکل جاتا ہے تو دُکھی ہو جاتے ہیں۔ لیکن اگر اُس مالکِ کُل کی جُدائی اور عشق میں ایک رات بھی آنسو بہائے ہوتے تو یقیناً اُس کا دِیدار نصیب ہو جاتا۔ ہم اُن بیگاریوں کی طرح سارا جیون بیکار گزار دیتے ہیں جو دِن بھر محنت کرتے ہیں، خُون، پسینہ ایک کر دیتے ہیں، لیکن شام کو خالی ہاتھ گھر لَوٹ آتے ہیں۔ اِس طرح ہم اِس انسانی جامے کا اصل مقصد پُورا نہیں کر پاتے اور دونوں جہان گنوا بیٹھتے ہیں۔ گورُو رام داس جی خبردار کرتے ہیں:

سبدِ وِسارن تِنا ٹھور نہ ٹھاؤ، بھرم بھُولے جیئو سُنجے گھر کاؤ
ہلت پلت تِنی دووے گوائے، دُکھے دُکھ وِہا دنیا

(آدگرنتھ، ص 123)

یعنی جو اِنسان شبد کو بھُلا کر وہموں میں بھٹکتے ہیں۔ اُن کا کوئی ٹھور ٹھکانہ نہیں ہوتا۔ وہ اپنے دِین اور دُنیا دونوں سے ہاتھ دھو بیٹھتے ہیں اور دُکھوں میں ہی پھنسے رہتے ہیں۔

نام حاصِل کئے بغیر اِنسانی جامہ بے سُود ہے۔ جو لوگ جیتے جی اپنے آپ کو نہیں پہچان پاتے، وہ خواب میں بھی اِس بات کا اندازہ نہیں لگا سکتے کہ مَوت کے بعد اُنہیں کیسے کیسے دَوزخ کے دُکھ اُٹھانے پڑیں گے۔

اِس لئے ہمیں اپنی توجہ خُدا کی بندگی اور عبادت میں لگائے رکھنی چاہیئے۔ اُس پرماتما کی صِفت و ثنا میں مشغول رہنا چاہیئے۔ اُس کی صِفت و ثنا کے لئے زبان کی ضرُورت نہیں۔ اُس کی حقیقی صِفت و ثنا اور عبادت باطن میں شبد (کلمہ) کے ساتھ جُڑنا ہے۔ گورُو امرداس جی فرماتے ہیں کہ پاٹھ یعنی

زبانی جاپ کرنے سے پرماتما نہیں مِلتا۔ دُنیا کے تمام مذاہب اوہام وشکوک میں بھٹک رہے ہیں۔ فقط ستگورُو کے مہروکرم سے سچّا سرُور دینے والا نام رُوپی آبِ حیات حاصِل ہوتا ہے۔ اور خُدا سے وِصال ہوتا ہے :

پاٹھ پڑھے نہ بُوجھئی بھیکھی بھرم بُھلائے
گورُمتی ہرسدا پایا رسنا ہر رس سمائے

(گورُو امرداس ، آدگرنتھ ، ص 66)

گورُو نانک صاحب فرماتے ہیں :

گورُ کا سبد مہا رس مِٹھا، ایسا امرت انتر ڈِیٹھا
جن چاکھیا پوُرا پد ہوئے نانک دھرا پُو تن سُکھ ہوئے

(آدگرنتھ ، ص 1331)

اِنسانی جامہ ایک انمول ہیرا ہے۔ یہ ہمیں چوراسی لاکھ جُونیوں کا چکر ختم کرنے کے بعد مِلا ہے اور تمام جُونیوں میں اعلیٰ ہے۔ اِس کا پوُرا فائدہ اُٹھانا چاہیئے۔ اِس میں بیٹھ کر شیطان (کال) کی چال سے نجات حاصِل کرنے، نفس اور مادّیت کے بندھنوں کو کاٹنے کی کوشِش کرنی چاہیئے۔

گورُو امرداس جی فرماتے ہیں :

سبد نہ جانہہ سے انھے بولے سے کت آئے سنسارا

(آدگرنتھ ، ص 601)

مطلب یہ کہ جو نام کی بخشِش سے محرُوم ہیں وہ اندھے اور بہرے ہیں۔ وہ دُنیا میں پیدا ہی کیوں ہوئے؟

دو زینے ہیں، ایک چوراسی کا زِینہ جو ہمیں نیچے کی جانِب لے جاتا ہے، دُوسرا نام کا زِینہ جو اُوپر کی جانِب جاتا ہے۔ چوراسی کی سیڑھی ہمیں مادّیت کے اندھیرے میں دھکیلتی ہے، اور نام (ربّی کلمہ) کا زینہ ہمیں عرفانِ حق،

حقیقت اور نور کے دیش میں لے جاتا ہے۔ ہمیں چاہیئے کہ چوراسی کی سیڑھی سے کود کر نام کے زینے پر چڑھ جائیں اور مضبوطی سے اُسے تھام لیں۔ اِس سیڑھی کے ذریعہ ہم بالائی رُوحانی طبقات میں رسائی حاصل کر سکتے ہیں۔ پیار اور عقیدت سے اِس پر قدم آگے بڑھاتے ہُوئے ہم اپنے اصل گھر، مقامِ حق پہنچ سکتے ہیں۔

15

سنتوں مہاتماؤں نے نام کی صفت و ثنا کرتے ہُوئے بار بار بہ یک آواز اِس امر کی تصدیق فرمائی ہے کہ اِس جیسی اور کوئی نعمت نہیں ہے۔ اِس کے بغیر حیات اور موت (تناسخ) کا سلسلہ نہیں ٹوٹ سکتا۔ نام کسی مُرشدِ کامل کی مدد سے ہی حاصل ہوتا ہے۔ جو اُس سے وابستہ ہو کر اُس کی صُورت اختیار کر چُکا ہو۔

جب تک رُوح کا قیام وجُود کے اندر ہے۔ یہ چلتا پھرتا، کام کاج کرتا رہتا ہے۔ درحقیقت دُنیا میں ہر انسان کی ہستی رُوح کی بدولت قائم ہے۔ رُوح کے بغیر نہ تو جسم کے اندر جان آسکتی ہے اور نہ ہی کوئی چل پھر سکتا ہے۔ رنگ، رُوپ، خُوبصُورتی سب کچھ رُوح کے نور پر منحصر ہے۔ جب رُوح جسم سے رُخصت ہو جاتی ہے تو جسم بالکل ناکارہ ہو جاتا ہے۔ اِس کی کوئی قدر و قیمت نہیں رہتی۔ آنکھ جھپکنے کی دیر میں یہ جسم کو چھوڑ کر ایک طرف ہو جاتی ہے۔ نزدیکی رشتے دار، یار دوست سب سے ناطہ ٹوٹ جاتا ہے۔ وہ فوراً ہی مُردہ جسم کو آگ یا مٹّی کے سپرد کر دیتے ہیں۔

فقط اِنسانی جامے میں ہی پرماتما سے مِلاپ ہو سکتا ہے۔ اِس لئے ہم اگر کسی کامل مُرشد کی مدد سے اپنے نفس اور رُوح کی برتیوں (دھاراؤں) کو جسم کے نو دروازوں میں سے سمیٹ کر تیسرے تِل پر یکسو کر لیں تو اندر

نام کیساتھ ہمارا رابطہ قائم ہوسکتا ہے، جو دونوں جہان کے ابدی سکون کا سرچشمہ ہے۔ پھر ہم اُس دُلہن کی طرح ہوجاتے ہیں جو اپنے خلوص، ذہانت، ٹھنڈے سُبھاؤ جیسے نیک اَوصاف کی بدولت سُسرال اور مائیکے دونوں ہی جگہ عزّت پاتی ہے۔ جب ہم جانتے ہیں کہ یہ دُنیا دُکھوں اور مُصیبتوں کا گھر ہے اور یہاں بڑے بڑے راجہ اور مہاراجہ بھی دائمی سُکھ سے محروم ہیں، تو ہمیں نام (کلمے کے شغل) کی طرف ہی رجُوع کرنا چاہیئے۔ سُکھمنی صاحب میں درج ہے:

سرب روگ کا اوکھد نام، کلیان رُوپ منگل گُن گام

(گورُو ارجن دیو، آدگرنتھ، ص 274)

مَوت کِسی کو نہیں چھوڑتی۔ بڑے خُوش نصیب ہیں وہ لوگ جنہوں نے جیتے جی مرنے کا طریقہ سیکھ لیا ہے۔ وہ ہر روز مرتے ہیں کیونکہ اُنہوں نے سُرت شبد یوگ (ربّی کلمے کے رُوحانی شغل) کے ذریعے جسم کو خالی کرنے اور باطن میں مُرشد سے مِلاپ کرنے کا طریقہ سیکھ لیا ہے۔ وہ رُوحیں نہایت مُبارک اور خُوش قسمت ہیں کیونکہ اُنہوں نے اِسی زندگی میں اپنے شوہر (محبُوبِ حقیقی) سے ناطہ جوڑ لیا ہے۔ اُس سے اُن کا سچّا مِلاپ ہوگیا ہے۔ نام اُنہیں چھوڑتا نہیں، اپنے ساتھ سچ کھنڈ (مقامِ حق) لے جاتا ہے۔ گورُو امرداس جی فرماتے ہیں:

سبد مِلے سے وِچھُڑے ناہی ندری سہج مِلائی ہے

(آدگرنتھ، ص 1046)

16

دُنیا کے سازوسامان سے لگاؤ نہیں رکھنا چاہیئے، کیونکہ یہ سب تغیّر پذیر ہے۔ اِس کے برعکس پرماتما کی کھوج کرنی چاہیئے جو ہمیشہ قائم ودائم ہے۔ پرماتما سب کا خالق ہے، وہ سب کا ازلی سبب ہے۔ اُس کا کوئی ثانی نہیں ہے۔ وہ لافانی، قادرِ مُطلق بصُورت نام حقیقت ہے۔ وہی آکاش بانی، بانگِ آسمانی

ہئے۔ اِنسان کا اپنی محدُود عقل سے اُس لامحدُود حقیقت کو سمجھ پانا ناممکن ہے۔ وہ عقل ونفس کی حدُود سے باہر ہئے۔ عقل اور نفس دراصل کئی طرح کے اوہام اور شکوک پیدا کر کے اِنسان کی رُوحانی ترقی میں رُکاوٹ بن جاتے ہئیں۔ سِیدھے سادے غریب اور معمُولی لوگ رُوحانیت کے راستے پر جلدی ترقی کرتے ہئیں۔ آج تک کبھی کِسی نے نفس اور عقل و اِدراک اور بحث ومُباحثے کے بَل پر حقیقت کی راہ میں کامیابی حاصِل نہیں کی۔ گورُو نانک صاحب خبردار کرتے ہئیں کہ سوچ سمجھ اور چالاکی سے پرماتما نہیں مِلتا :

سوچے سوچ نہ ہوئی جے سوچی لکھ وار
چُپے چُپ نہ ہووئی جے لائے رہا لِوتار
بھُکھیا بھُکھ نہ اُتری جے بنّا پُریا بھار
سہس سیانپا لکھ ہوئے تا اِک نہ چلّے نال

(آدگرنتھ ، ص ۱)

پرماتما کے ساتھ مِلاپ کا واحد ذریعہ یہ ہے کہ ہم کسی مُرشدِ کامِل کی شرن (پناہ) میں جا کر اِس کا بتایا گیا رُوحانی شغل پریم اور بھروسے کے ساتھ لگاتار کرتے رہیں۔ ایک بار نام کے ساتھ رابطہ قائم ہو جانے کے بعد ہم ہمیشہ کے لئے دُکھوں کی اس فانی اور بدلتی ہوئی دُنیا سے اُوپر اُٹھ کر ابدی سکُون کے مقام پر پہُنچ جاتے ہئیں۔ اِس دُنیا کی کوئی بھی نعمت نام کی برابری نہیں کرسکتی۔ دُنیا کے تمام ذرائع ــــ جَپ تَپ ، پُوجا پاٹھ ، دان پُن ، برَت ، اشنان، تیرتھوں اور مُقدّس مقامات کی زیارت ــــ سب بے سُود ہئیں۔ یہ ہمیں دُوئی اور مادّیت کے کبھی نہ ختم ہونے والے چکر میں پھنسائے ہی رکھتے ہئیں سوامی جی مہاراج خبردار کرتے ہئیں :

کلجُگ کرم دھرم نہیں کوئی نام بِنا اُدھار نہ ہوئی

(سار بچن ، بچن 38 ، ماسن 3)

نام کے بغیر نجات نہیں۔ نام کے علاوہ باقی سب جھُوٹ ہے، چھلاوا ہے۔ دُنیا کے لوگ ___ نفسانی لذّات میں اِس قدر غلطاں ہیں کہ رُوح کی نجات کی طرف کسی کا دھیان نہیں ہے۔ اِسے بے شمار دُکھ اور مصیبتیں برداشت کرنی پڑتی ہیں، لیکن پھر بھی اِنسان عارضی سُکھوں کا پیار نہیں چھوڑتا۔ اُونٹ کانٹے دار جھاڑیاں کھانے کا شوقین ہوتا ہے۔ جس قدر زیادہ کانٹے دار جھاڑیاں وہ کھاتا ہے اُسی قدر اُس کا مُنہ لہُولہان ہوتا جاتا ہے۔ پھر بھی وہ اپنی اِس عادت سے مجبُور کانٹے کھانا نہیں چھوڑتا۔ اگر ہم اِس لاعلمی کے اندھیرے میں پھنسی رُوح کو ایک دم بالائی رُوحانی طبقات میں لے جائیں تو وہ فوراً مُرجھا جائے گی۔ گندگی کا کیڑا گندگی میں ہی خُوش رہتا ہے۔ اُسے اگر گندگی میں سے نکالا جائے تو وہ مر جائے گا، یا پھر گندگی میں واپس لَوٹ جانا چاہے گا۔ جس اِنسان نے نام کا رُوحانی شغل نہیں اپنایا اُس کے باقی تمام سادھن بے سُود ہیں۔ وہ گندگی کے کیڑے کی مانند گندگی میں ہی پیدا ہوتا ہے اور گندگی میں ہی مر جاتا ہے۔

فقط مُرشدِ کامل کی ہدایت پر عمل کرتے ہُوئے ہی ہم باطن میں سُکھ دُکھ، نیک اور بد کے اِمتیاز سے اُوپر اُٹھ سکتے ہیں۔ وہ لوگ بڑے خُوش نصیب ہیں جنہوں نے مُرشد سے نام کا بھید لے کر اپنی زِندگی میں ہی نام کے اندر اپنی توجہ کو مرکُوز کر لیا ہے۔ اُن کا اِنسانی جامہ حاصل کرنے کا مقصد پُورا ہو گیا۔ اُن کی جتنی بھی تعریف کی جائے، کم ہے۔

پرماتما تو ہر ایک کے دِل میں بستا ہے۔ کوئی بھی گھر اُس سے خالی نہیں ہے۔ فقط وہی اِنسان مُبارک ہے، جس نے اُسے اپنے اندر پا لیا ہے۔ اور جس نے اُس کا رُوبرُو دیدار کر لیا ہے۔

کبیر صاحب فرماتے ہیں :

سب گھٹ میرا سائیاں، سُونی سیج نہ کوئے
بلہاری وا گھٹ کی، جا گھٹ پرگٹ ہوئے

(کبیر ساکھی سنگرہ، حصّہ اوّل، ص ۲۵)

ہمارے باطن میں نام کے بیش بہا خزانے دبے پڑے ہیں۔ لیکن مُرشدِ کامل سے کھوج کا طریقہ حاصل کئے بغیر اور پیار، بھروسے، وِشواس اور اِنکساری کے ساتھ اُس کے بتائے ہُوئے رُوحانی شغل کے بغیر ہم اُس غیبی دَولت کے مالک نہیں بن سکتے۔ بھیکھا صاحب کہتے ہیں :

بھیکھا بھُوکھا کوئی نہیں، سب کی گٹھڑی لال
گِرہ کھول نہیں جانتے، تاتے بھئے کنگال

وہ لوگ نہایت خُوش قسمت ہیں جنہوں نے دُنیا سے مُنہ موڑ کر نام سے پیار کیا ہے۔ سوائے اُس بہادر انسان کے جس کا جسم تو قید میں ہے لیکن رُوح اُس کُل مالک کے مُبارک قدموں میں ہے، باقی تمام لوگ قیدی ہیں اور کِسی بھی لمحہ موت کا شکار ہو سکتے ہیں۔

17

جس کُل مالک نے رُوح اور وجُود کو بنایا ہے۔ وہ ہر ایک جاندار کے اندر بستا ہے۔ وہ ابدی، لامحدُود اور لازوال ہے۔ فقط نام کے ساتھ وابستہ ہو کر ہی ہم اُسے پا سکتے ہیں۔ نام ہر اِنسان کے اندر تیسرے تِل پر دُھنکاریں دے رہا ہے۔ اور سبھی سنتوں مہاتماؤں نے اِس کی کمائی پر زور دِیا ہے۔ کبیر صاحب تلقین کرتے ہیں :

لُوٹ سکے تو لُوٹ لے رام نام نِت لُوٹ
انت کال پچھتائیگا، پران جاہیں جب چھُوٹ

(کبیر ساکھی سنگرہ، حصّہ دوم، ص 87)

سوامی جی مہاراج فرماتے ہیں :

شبد بِنا سب جھوٹھا گیان، شبد بِنا سب تھوتھا دھیان
شبد چھوڑ مت ارے اَجان، رادھا سوامی کہیں بکھان

(سار بچن، بچن ۹، شبد ۵)

ہمیں نام کی دَولت اِکٹھی کرنی چاہیئے۔ جسے نہ چور لوٹ سکتے ہیں نہ آگ جلا سکتی ہے، نہ ہوا اُڑا سکتی ہے۔ یہ دولت کبھی فنا نہیں ہوتی۔ سُکھ دُکھ سے مُبرّا ہونے اور ابدی سُکون حاصل کرنے کا اور کوئی راستہ نہیں ہے۔

ہر انسان کام، کرودھ، لوبھ، موہ، اہنکار اِن پانچ نفسانی عیبوں (وِکاروں) کے زیرِ اثر پاگل پن کا شکار ہو رہا ہے۔ یہ عیب نہایت بھیانک اور تباہ کُن بیماریاں ہیں، جو چھوت کی طرح پھیلتی ہیں۔ اور سب کو ختم کر دیتی ہیں۔ اِن میں سوائے جہالت کے اندھیرے اور مایوسی کے، اور کچھ بھی حاصل نہیں ہوتا۔ جو اِنسان کو ہمیشہ دھن دَولت، مان بڑائی، نفسانی لذات اور اقتدار وغیرہ کی مرگِ ترشنا میں غلطاں رکھتی ہیں اور آخر کار موت کی وادی میں دھکیل دیتی ہیں۔ اِن کے چنگل سے نجات پانے کا ایک ہی طریقہ ہے۔ وہ یہ کہ کسی مُرشدِ کامل کی پناہ لیں جو رُوح کو جسم کے نَو دروازوں میں سے نکال کر دسویں گلی میں یکسُو کر کے شبد دُھن کے ساتھ وابستہ کرنے کا طریقہ سِکھائے۔ شبد (کلمہ) سے وابستہ ہو کر نفس سب بُرائیوں کو ترک کر دیتا ہے۔

پارسائی اور پاکدامنی کی نیک زِندگی تبھی مُمکن ہے جب ہم جسم کے نَو دَروازوں سے اُوپر اُٹھ سکیں۔ جب تک ہم اِن حواسِ خمسہ کے دائرے میں ہیں ہم اِن کے زیرِ اثر ہیں۔ ہم کیسے بھی اعمال کر لیں ہم نفس اور حواس پر قابو نہیں پا سکتے۔ برتن کو بار بار مانجنے اور صاف کرنے سے کیا حاصل اگر ہم نے اُس میں کچھ ڈالنا ہی نہیں ہے؟ پاک وصاف زِندگی اور نیک رہن سہن تبھی فائدہ مند ہو سکتے

ہیں اگر ہم اُن کی بدولت جنم مرن کے دُکھوں سے چھٹکارا حاصل کر سکیں۔ نجات تو تبھی ممکن ہے، جب ہمیں پرماتما کی دیا مہر سے کسی زندہ مرشد کامل کی پناہ مل جائے اور وہ ہمیں نام سے جُڑنے کا بھید دیدے۔ راہِ حق پر چلنے کے لئے مُرشدِ کامل کا مِلاپ لازمی ہے۔ ورنہ ہمارے قدم شیطان کی طرف ہی اُٹھتے چلے جاتے ہیں۔ جو لوگ اندر جاتے ہیں، جن کی تیسری آنکھ کھُل جاتی ہے وہ جانتے ہیں کہ خُدا ہی سب کچھ کرنے والا ہے۔ جو کچھ بھی ہوتا ہے اُسی کے حکم سے ہوتا ہے اور اُسے فقط کامل مہاتما اور نام کے ذریعے ہی پایا جا سکتا ہے۔

جو لوگ نام میں سما جاتے ہیں وہ سب کے اندر اُس ایک ہی پرماتما کو دیکھتے ہیں۔ پانی، برف اور بھاپ دیکھنے میں ضرور الگ الگ نظر آتے ہیں لیکن اصل میں ایک ہی ہوتے ہیں۔ اور اِس حقیقت کا مُشاہدہ فقط اُنہیں ہی ہوتا ہے جو برف کو پگھلا کر پانی اور پانی کو تپا کر بھاپ بنا لیتے ہیں۔ اِسی طرح دراصل سب جاندار اُس ایک ہی پرماتما کی صُورت ہیں اور جو اپنی رُوح کو نام (کلمہ) میں جذب کر دیتے ہیں، فقط وہی اِس راز کو سمجھ سکتے ہیں۔ کہ پرماتما حاضر ناظر ہے اور تمام باہری مناظر اور صُورتیں صرف اُس ایک ہی رب کا ظہور ہیں۔

18

پرماتما نے سب انسان ایک جیسے بنائے ہیں۔ سب کا ایک ہی سرچشمہ اور ایک ہی خالق ہے۔ تمام رُوحیں اُس ایک ہی بحرِ حقیقت کے قطرے ہیں اور آخر کار سب نے اُس ایک میں ہی سما جانا ہے۔ مقامِ حق، اپنے اصل گھر، واپس لَوٹ جانے اور پرماتما سے مِلاپ کرنے کا راستہ، ہم سب کے اندر ہے۔ اور وہ بھی سب کے لئے ایک ہی ہے۔ فقط وہ پرماتما ہی حقیقت ہے، قائم ودائم

ہے۔ کُل کائینات اور اس کی تمام اشیاء جھُوٹی اور فانی ہیں۔

اُس سچّے پرماتما کو سوچ بچار سے نہیں پایا جاسکتا۔ خواہ سوچ بچار لاکھوں بارکیوں نہ کیا جائے۔ وہ عقل اور نفس کی حد سے بہت دُور ہے۔ دراصل عقل اور نفس دونوں ہی اندھے ہیں۔ یہ تو ہمارے دُنیاوی مسئلے بھی حل نہیں کرسکتے۔ خاموشی اختیار کرنے، جپ تپ، پُوجا پاٹھ، تیرتھوں اور ایسے دیگر مُقدّس مقامات کی زیارت وغیرہ کے ذریعے پرماتما سے وِصال نہیں ہوسکتا۔ نفس اور اُس کی تمام چالاکی اور سُوجھ بُوجھ اُس کو پانے میں ہماری رہنمائی نہیں کرسکتی۔ گورو امرداس جی فرماتے ہیں:

اے من چنچلا چتُرائی کِنے نہ پایا

(آدگرنتھ، ص 918)

بارگاہِ الٰہی نفس کی پہنچ سے باہر ہے۔ خدا کے وِصال کا فقط ایک ہی طریقہ ہے اور وہ ہے اُس کی رضا میں رہنا، اُس کے حُکم کی تعمیل کرنا اور شبد مارگ پر چلنا۔ وہ حُکم اور شبد ہم سب کے اندر ہے۔ تیسرے تل (نُقطۂ سویدا) میں اُس سے مِلاپ ہوسکتا ہے۔ گورُو نانک صاحب کی بانی ہے:

حُکمی ہوون آکار حُکم نہ کہیا جائی
حُکمی ہوون جیئہ حُکم مِلے وڈیائی
حُکمی اُتم نیچ حُکم لِکھ دُکھ سُکھ پائیہہ
اِکنا حُکمی بخشیس اِک حُکمی سدا بھوائیہہ
حُکمے اندر سب کو باہر حُکم نہ کوئے
نانک حُکمے جے بُجھّے تا ہومیں کہے نہ کوئے (آدگرنتھ، ص 1)

(حُکم کا معنیٰ خُدا کا حُکم بھی ہے اور شبد (کلمہ) بھی۔ جس کے ذریعے کُل کائینات وجُود میں آئی ہے۔) بغیر حُکم کے کچھ نہیں ہوسکتا۔ جب تک مالِک

کا حکم نہ ہو برستی گولیوں میں بھی کوئی نہیں مر سکتا، اور نہ ہی اُس کے حکم کے بغیر کسی کو مارا ہی جا سکتا ہے، لیکن اِس بات کی سمجھ اُس وقت آتی ہے، جب رُوح باطن میں حکم یعنی شبد کے ساتھ جُڑ جائے۔

لطیف رُوحانی طبقات میں رسائی کا راستہ آنکھوں سے اُوپر ہے۔ یہ ایک گہرا راز ہے۔ کیونکہ یہ طبقات نفس کے پردے کے پیچھے ہیں اور انسانی عقل و فہم اِن کو سمجھ نہیں سکتی ڈاکٹر یا سرجن، زِندہ یا مُردہ اِنسانوں کی چیر پھاڑ کر کے اِن لطیف طبقات کو دیکھ نہیں سکتے۔ رُوحانی طبقات کا جائزہ لینے کے لئے باہری احساس کو کھو کر باطن میں رُوحانی قوّت کا بیدار ہونا اور شبد دُھن یا کلمے کے ساتھ وابستہ ہونا نہایت لازمی ہے۔ بارگاہِ الٰہی سے آنے والی شبد دُھن غیب یا اللہ کی آواز آنکھوں سے اُوپر کے حصّے میں لگاتار آ رہی ہے۔ 'اُچّے خاصے محل تے دیوے بانگ خُدائے'، لیکن یہ بانگ سُنائی نہیں دیتی، کیونکہ ہماری توجہ نیچے اور باہر کی طرف ہے۔ جب تک ہماری توجہ واپس لَوٹ کر اپنے ٹھکانے پر نہیں پہنچتی۔ ہم 'سچ' یعنی شبد (ربّی کلمہ) کی حقیقت کو نہیں سمجھ سکتے۔ رُوحانیت کے نظریئے سے کُل عالم آنکھیں مُوندے پڑا ہے۔ اگر ہم اپنے باطن میں تیسرے تِل پر لَوٹ آئیں تو ہم جاگ اُٹھتے ہیں۔ اِس مرکز پر نہایت دِلکش میٹھی سے میٹھی سُریلی سے سُریلی آواز (دُھن) مالک کی درگاہ سے آ رہی ہے۔

اگر ہم اندھیری رات میں کسی گھنے جنگل میں راستہ بھُول جائیں اور کوئی رہنما ساتھ نہ ہو تو ہم کہیں نہ کہیں سے آ رہی آواز کو سُننے کی کوشش کرتے ہیں تاکہ اُس آواز کو پکڑ کر اُس طرف چلتے ہُوئے کسی گاؤں یا بستی میں پہنچ جائیں۔ گھرے اندھیرے میں راستے کا پتہ نہ ہونے کے سبب ہم کسی نہ کسی روشنی کی بھی تلاش کرتے ہیں، جس کے سہارے اُس آبادی میں پہنچ سکیں۔ اِسی

طرح ہمارے رُوحانی سفر میں بھی پرماتمانے اپنی آواز اور اپنے نُور کا بندوبست کر رکھا ہے تاکہ اِن دونوں کی مدد سے رُوح اِس بھُول بُھلیّوں جیسے عالم سے باحفاظت نکل کر صحیح سلامت اپنے اصل گھر مقامِ حق واپس پہُنچ سکے۔

انتر جوت نرنتر بانی سچّے صاحب سیو لو لائی

(گورُو نانک دیو، آدگرنتھ، ص 634)

جب ہم پیار اور بھروسے کے ساتھ مُرشد کے ذریعہ بتائے گئے راستے پر چلتے ہیں تو جلدی ہی ہمارے اندر روشنی ہو جاتی ہے اور شبد (ربّی کلمہ) سے ہمارا رابطہ قائم ہو جاتا ہے۔ ہم اُس آکاش بانی، بانگِ آسمانی کو سُننے لگتے ہیں۔ اور اُس دُھن کے پیچھے پیچھے چلتے ہُوئے اُس کے منبع، بارگاہِ الٰہی میں رسائی پا لیتے ہیں۔

اِس لئے ہمیں مُرشدِ کامل کی کھوج کرنی چاہیئے اور اُس سے طریقہ سیکھ کر جسم کے نَو دُواروں میں سے اپنی رُوح کو سمیٹنا چاہیئے۔ کامل مہاتما کی رہنمائی کے بغیر رُوحانیت کی راہ پر ایک قدم بھی آگے اُٹھانا ناممکن ہے۔ جپ تپ، پُوجا پاٹھ، دان پُن، تیرتھ یاترا وغیرہ مالک سے مِلاپ کا ذریعہ نہیں بن سکتے۔ اِن کا اپنا اپنا فائدہ ضرُور ہے۔ لیکن یہ عمل جنم مرَن، سلسلۂ تناسُخ سے نجات نہیں دِلوا سکتے۔ جب تک اِنسان کا دِل دُنیاوی چیزوں کے پیچھے بھٹکتا پھرتا ہے، تب تک وہ باطن میں رُوحانی طبقات میں داخل نہیں ہو سکتا۔ اِس لئے دُنیاوی مال و اسباب کی طرف سے مُنہ موڑنا اور باطن میں بیدار ہونا نہایت لازمی ہے۔ مُرشدِ کامل سے طریقہ سیکھ کر اُس کی ہدایت کے مُطابق رُوحانی شغل کے ذریعے نجات مِل سکتی ہے۔ یہی سنتوں مہاتماؤں (فُقرائے کامل) کا راستہ ہے۔

باب سوئم

ست سنگیوں اور مُتلاشیوں کو لِکھے گئے خطوط

ست سنگیوں اور مُتلاشیوں کو لِکھے گئے خطُوط

1

دو اپریل 1948ء کو ہمارے پیارے ستگُورُو کے اِس دُنیا سے رُخصت ہو جانے کا آپ سب کو بڑا گہرا صدمہ پہُنچا ہوگا۔ ست سنگ کو ناقابلِ تلافی نُقصان پہُنچا ہے اُن کا خُوبصُورت اور دِلکش چہرہ اب ہماری آنکھوں سے اَوجھل ہوگیا ہے۔ لیکن پُورے ستگُورُو کبھی نہیں مرتے۔ وہ ہمیشہ اپنے نُورانی شبد سرُوپ میں ہمارے ساتھ ہیں، ہمارے اندر ہیں۔ وہ آج بھی اُوپر رُوحانی طبقات میں اپنا کام سرانجام دے رہے ہیں اور وہاں سے اپنے مُریدوں کی مُکمّل سنبھال کر رہے ہیں۔ آپ کو چاہیئے کہ اُن کی ہِدایت کے مُطابق پُوری لگن سے اپنے رُوحانی شغل میں مشغُول رہیں اور اپنے باطِن میں اُن کا دِیدار کریں۔ حضُور مہاراج جی نے مُجھے آپ کی خِدمت کا حُکم دِیا ہے۔ مَیں اُن کے حُکم کی تعمیل کی ہر مُمکن کوشش کرُونگا۔

2

رُوحانی نظریہ سے انسانی وجُود کو دو حِصّوں میں بانٹا جا سکتا ہے۔ پہلا پَیروں کے تلووں سے لے کر آنکھوں تک اور دُوسرا حِصّہ آنکھوں سے اُوپر سر کی

چوٹی تک ہے۔ آنکھوں تک کا حصّہ اِس مادّی دُنیا میں کام کاج کرنے کیلئے ہے۔ عام لوگ اِس حصّے سے بخُوبی واقف ہیں۔ لیکن بیشتر لوگوں کو معلُوم نہیں کہ آنکھوں سے اُوپر کا حصّہ نفس (من) اور رُوح کا بالائی رُوحانی طبقات سے تعلّق قائم کرنے کے لئے ہے۔ توجہ کو تیسرے تِل (نُقطۂ سویدا) پر ٹکاکر سمرن (ذِکر) کے ذریعے نیچے کا حصّہ خالی کرلیں تو رُوح کا بالائی طبقات سے رابطہ قائم ہو جاتا ہے۔ اِس رِشتے کو از سرِ نَو بحال کرنا ہی سمرن یا ذِکر کا اصل مقصد ہے۔ سمرن بذاتِ خُود منزلِ مقصُود نہیں ہے بلکہ منزلِ مقصُود کو حاصل کرنے کا ذریعہ ہے۔ پانچ ناموں کے سمرن سے نفس اور رُوح اِس نُقطے پر پہنچ جاتے ہیں، جہاں سے اُوپر کے حِصّے میں داخل ہونے کا راستہ کُھلتا ہے۔ رُوح جب اِس نُقطے تک رسائی کرلیتی ہے تو شبد اُسے سر کی چوٹی کی جانِب کھینچتا ہے تاکہ اُسکا اُوپر کے رُوحانی طبقات سے رِشتہ جوڑا جاسکے۔

3

آپ کا خط مِلا۔ آپ کے جذبات قابلِ قدر ہیں۔ مُجھے خُوشی ہے کہ آپ نے اصل مسئلے کی نوعیّت اور اُس کی اہمیّت کو بخُوبی سمجھ لیا ہے۔ درحقیقت نفس کی خواہشات ہی اصل مسئلہ ہے۔ رُوح نام کا جزو ہے۔ اِس لئے اپنے سرچشمہ کی جانِب اِس کی کشش ایک قُدرتی امر ہے۔ جس طرح گیس سے بھرا غُبارہ دھاگوں کے ذریعے زمین سے بندھا ہُوا نیچے کی جانب کھنچا رہتا ہے۔ اُسی طرح نفسانی خواہشات اور تمنّاؤں کے سبب رُوح کا رُجحان بھی نیچے کی طرف ہی رہتا ہے۔

عقل اور دلیل کی مدد سے نفس (من) پر قابُو نہیں پایا جاسکتا۔ سمرن کی مدد سے رُوح کو اندر اور اُوپر کی جانِب کھینچ کر ہی من کو شانت کِیا جاسکتا ہے۔ سمرن کے ذریعے رُوح کے تمام رُجحانات (برتیاں) تیسرے تِل پر یکسُو ہوجاتے

ہیں۔جب سمرن کا کورس مکمل ہو جاتا ہے تو روح کا اندر شبد کے ساتھ تعلق قائم ہو جاتا ہے۔اس سے پہلے بھی شبد کی آواز سنائی دے سکتی ہے۔ لیکن وہ روح کو اپنی جانب کھینچ نہیں سکتی ،کیونکہ یہ جسم کے روم روم میں پھیلی ہوتی ہے۔ شبد میں اتنا لطف (رس) ہے کہ اس کے حاصل ہو جانے سے تمام دنیاوی لذتیں اپنے آپ پھیکی پڑ جاتی ہیں۔جب تک من کو شبد کی لذت نہیں ملتی ہمیں سوچ سمجھ سے کام لینا چاہیئے اور من کو روک کر اپنے ضبط میں رکھنا چاہیئے۔ بھجن بندگی کی جانب زیادہ توجہ دینی چاہیئے۔ جہاں تک ممکن ہو سکے من کو دنیاوی خواہشات کی طرف سے روکا جائے۔من ایک ہی وقت میں اندر اور باہر نہیں رہ سکتا۔کیونکہ یہ متضاد راستے ہیں۔

دنیاوی کاموں کو بھی ایک فرض سمجھ کر پورا کرنا چاہیئے اور انہیں اپنے ذاتی تجربے،علم اور دوستوں کے صلاح مشورے سے سلجھانا چاہیئے۔ یہ ٹھیک ہے کہ سادہ پاک صاف اور خوش و خرم مصروف زندگی بسر کرنے سے صحت اور خوشحالی بنی رہتی ہے۔ لیکن پھر بھی ضرورت پڑنے پر ڈاکٹروں کی مدد لینے سے گریز نہیں کرنا چاہیئے۔ پیار اور بھروسے سے دنیاوی مسئلے بھی آسان ہو جاتے ہیں۔ خاص کر جب بھجن بندگی کو پورا وقت دیا جائے۔ آپ بدستور اپنے بھجن سمرن (روحانی شغل) میں باقاعدگی بنائے رکھیں اور اگر کوئی مشکل پیش آئے تو جب چاہیں آپ مجھے خط لکھ سکتے ہیں۔

4

اپنی طرف سے پوری پوری کوشش کریں اور باقی سب کچھ مالک کی موج پر چھوڑ دیں۔ کہنے کو تو ہم خود مختار ہیں، لیکن ہمارے چاروں طرف ایک ایسا ماحول بنا ہوا ہے اور ہماری قوت ارادی پر پچھلے سنسکاروں اور باہری حالات کا اس قدر گہرا اثر ہے کہ ہم اپنے آپ کو خود مختار نہیں کہہ سکتے۔

بیماروں اور مریضوں کا علاج کرنے اور اُن کی بیماری اور تکلیف کو دُور کرنے سے ڈاکٹروں پر کوئی بُرے اعمال کا بوجھ نہیں پڑتا۔ اگر ہم اسپرین یا ایسی کوئی دُوسری تکلیف کو دُور کرنے والی دوا استعمال کرتے ہیں تو اِس کا یہ مطلب نہیں ہوتا کہ وہ تکلیف ہمیں کسی اور وقت بُھگتنی پڑے گی۔ ہاں بلاشک جانوروں کے خُون، ماس وغیرہ سے تیار کی گئی دواؤں کے اِستعمال سے پرہیز کرنا چاہیئے۔

5

اِنسان اِس کائینات کا اشرف المخلُوقات (سرتاج) ہے۔ اور ہر لحاظ سے قُدرت کی کاریگری کا بہترین نمُونہ ہے۔ کائینات کے راز کھولنے کی صلاحیت اور اپنے خالِق سے وِصال کرنے کا طریقہ بھی اِس کے اندر ہے۔ اِنسانی جامہ حاصِل ہو جانا رُوح کی سب سے بڑی خُوش نصیبی ہے۔ لیکن اِنسان پر اِس لحاظ سے ایک بہت بڑی ذِمہ داری بھی عائد ہوتی ہے۔ جب اِنسان کو کائینات کی چوٹی پر پہنچنے کا شرف حاصِل ہو گیا ہے، تو اُسے چاہیئے کہ نام (ربیّ کلمہ) کی سیڑھی پر چڑھ کر رُوحانی ترقّی کی راہ پر آگے بڑھتا جائے۔ یہ راستہ آخر کار اُسے اُس کے اصل گھر سچ کھنڈ (مقامِ حق) میں لے جائے گا جہاں سے وہ آیا ہے۔ اگر اِس اِنسانی قالِب میں رُوح یہ راستہ اِختیار نہیں کرتی تو یہ نیچے گِر جائے گی اور اِسے اپنی خواہشات اپنے اعمال اور سنسکاروں کے مُطابق اِس تغیر پذیر دُنیا میں مُختلف جُونیوں میں بھٹکتے رہنا پڑے گا۔

ہمارے وجُود میں آنکھوں کا مرکز، تیسرا تِل وہ جگہ ہے جہاں پہنچ کر ہمارے رُوحانی سفر کا پہلا حِصہ مُکمّل ہوتا ہے اور دُوسرے حِصے کا آغاز ہوتا ہے۔ اِنسان اِس نُقطہ سے اُوپر بھی جا سکتا ہے۔ اور نیچے بھی گِر سکتا ہے۔

سبھی سنتوں مہاتماؤں نے اپنے اپنے وقت میں دُنیا کے لوگوں کو یہی

پیغام دیا ہے، یہی تعلیم دی ہے۔ ہمارے پیارے ستگورو بابا ساون سنگھ جی بھی جن کی یاد میں ہم آج یہاں اکٹھے ہوئے ہیں، پینتالیس 45 سال اسی سچائی کا پرچار کرتے رہے ہیں۔ حضور مہاراج جی اُن لوگوں کی جنہوں نے اُن کی تعلیم کو اپنایا مدد کرتے رہے۔ دراصل حضور مہاراج جی آج بھی ہماری مدد اور سنبھال کر رہے ہیں۔ میں اس سے زیادہ اور کیا کر سکتا ہوں کہ آپ کو حضور مہاراج جی کے اس پیغام کی یاد دلا دوں۔

6

رُوحانی شغل کی طرف پہلا قدم شبد سُننے کے مقصد کو سمجھنا ہے۔ شبد رُوح کو اندر اور اُوپر بالائی طبقات (منڈلوں) میں کھینچ کر لے جانے کا کام کرتا ہے۔ جب تک رُوح سارے جسم میں سے سمٹ کر تیسرے تل یعنی نُقطہ سویدا پر یکسُو نہیں ہوتی، شبد اسے اُوپر نہیں کھینچ سکتا۔ مثال کے طور پر کسی کانٹے دار جھاڑی میں اُلجھے ہوئے کپڑے کو اگر ایک دم کھینچا جائے تو وہ چیتھڑے چیتھڑے ہو جائے گا۔ کپڑے کو آہستہ آہستہ کانٹوں سے چھُڑانا پڑتا ہے۔ اسی طرح رُوح جسم کے روم روم میں سمائی ہوئی ہے۔ اگر شبد اندر سُنائی بھی دے تو بھی وہ اسے اُوپر نہیں کھینچ سکتا۔

اس لئے سب سے پہلے رُوح کی سب دھاراؤں کو سارے جسم میں سے سمیٹ کر اُس نُقطے پر اکٹھا کرنا ہوگا جہاں سے شبد اُسے اُوپر کھینچ سکے۔ اس کام کے لئے توجہ کو تیسرے تل (نُقطہ سویدا) پر یکسُو کرنا لازمی ہے۔ اور یہ یکسُوئی تبھی حاصل ہوتی ہے، جب نفس (من) ساکن ہو جاتا ہے۔ من کو کھڑا کرنے اور سُرت کی دھاراؤں کو آنکھوں کے مرکز پر اکٹھا کرنے کے کئی طریقے ہیں۔ لیکن سب سے آسان طریقہ سنتوں کی تعلیم کے مُطابق اپنی توجہ کو دونوں آنکھوں کے درمیان تیسرے تل پر یکسُو کر کے اُن کے بتلائے ہوئے پانچ مُقدس نام کا سمرن (ذکر)

کرنا ہے۔ دراصل نفس ہی سمرن (ذِکر) میں مشغول ہوتا ہے۔

نفس کو قابو میں کرنا، اِسے ساکن اور شانت کرنا کوئی آسان کام نہیں ہے۔ اِس کیلئے صبر، صِدق اور تحمّل کے ساتھ برسوں کی محنت درکار ہے۔ جب مکمّل یکسوئی حاصِل ہوجائے اور رُوح سمٹ کر آنکھوں کے مرکز تیسرے تِل پر آجائے تو مُرشد کی نُوری صُورت پر تصوّر جما کر نفس اور رُوح کو باطن میں ساکن کرنا چاہیئے۔

7

رُوح کی تمام دھاراؤں کو تیسرے تِل میں جہاں سوچ وِچار کے وقت یہ مُقیم ہوتی ہیں یکسُو کرنا چاہیئے۔ ہمیں اپنی سُرت کو آنکھوں کے اُوپر درمیان میں ٹِکانا چاہیئے۔ گھنٹے کی آواز رُوح کو تب تک اپنی طرف نہیں کھینچتی، جب تک اِس کی تمام دھارائیں سارے جِسم میں سے سمٹ کر تیسرے تِل پر اِکھٹی نہیں ہوجاتیں۔

8

سنتوں مہاتماؤں کی تعلیم قُدرتی ہے، بناوٹی نہیں۔ تمام عالِم کبیر (برہمنڈ) اِنسانی وجُود کے اندر ہے۔ اِسی لئے اِسے عالِم صغیر یعنی چھوٹا برہمنڈ بھی کہا جاتا ہے۔ برہمنڈ یعنی عالِم کبیر کا عِلم عالِم صغیر (چھوٹے برہمنڈ) کے ذریعے ہی ہوتا ہے۔ اِسی لئے حضرت عیسےٰ نے اِنسانی قالِب کو 'زِندہ خُدا کا مندر' یا زِندہ خُدا کی درگاہ کہا ہے۔ فقط کُل کائنات (سارا برہمنڈ) ہی نہیں بلکہ اِس کائنات کو پیدا کرنے والے قادرِ مُطلق کا قیام بھی اِنسان کے اپنے اندر ہے۔ اور اِسی مندر میں اُس کا دیدار ہوسکتا ہے۔ مطلب یہ کہ اِس عالِم فنا سے لیکر اُوپر سچ کھنڈ (مقامِ حق) تک کی مُکمّل مُسافت اِس اِنسانی وجُود کے اندر طے ہوسکتی ہے۔ یہ سفر پاؤں کے تلووں سے شرُوع ہوکر سر کی چوٹی پر جاکر مُکمّل ہوتا ہے۔

اِس سفر کے دو حِصّے ہیں۔ پہلا پاؤں کے تلووں سے لے کر تیسرے تل تک ہے۔ اِس میں نفس کو یکسو کرنا اور رُوح کو تیسرے تل پر ساکن کرنا شامل ہے۔ رُوح کی تمام دھارائیں جسم کے تمام نچلے حِصّوں میں سے سمٹ کر تیسرے تل پر یکسو ہو جانی چاہئیں۔ اِس رُوحانی سفر کا دُوسرا حِصّہ تیسرے تل سے لے کر سر کی چوٹی تک ہے۔ آہستہ آہستہ شبد دُھن کی مدد سے رُوح تیسرے تل سے چل کر سر کی چوٹی تک پہنچ جاتی ہے۔

اِس سفر کے راستے میں پانچ وسیع مقامات (منڈل) ہیں۔ شبد دُھن ایک ہے۔ لیکن اِن پانچ الگ الگ مقامات میں سے گزرنے کے سبب الگ الگ صُورت اِختیار کر لیتی ہے۔ سُرت شبد یوگ کا راستہ مُکمّل راستہ ہے جبکہ پرانایام، مُدرا وغیرہ کے راستے ادھورے ہیں۔

جِس راستے پر ہم نے موت کے بعد جانا ہے اگر اُسے زِندگی میں طے کر لیا جائے تو موت کا ڈر ختم ہو جاتا ہے۔ اِنسانی زندگی کا اصل مقصد رُوح کو واپس سچ کھنڈ (مقامِ حق) لے جانا ہے، جہاں سے یہ شُروع میں اُتری تھی۔ اِس طرح رُوح جنم مرن کے چکّر سے آزاد ہو جاتی ہے۔

9

جیسے جیسے آپ بھجن سمرن کریں گے، آپ کو سُکھ چین اور خُوشی کا اِحساس ہوگا۔ لیکن یہ احساس مُستقل ہونا چاہیئے۔ عارضی نہیں۔ شبد کا شغل کافی عرصہ کرنے سے یہ کیفیت حاصل ہوتی ہے۔ پچھلے جنموں کے سنسکاروں کے سبب کُچھ لوگوں کو شبد دُھن جلدی ہی سُنائی دینے لگتی ہے۔ مگر اِس کا صِرف سُنائی دینا ہی کافی نہیں ہے۔ ہمیں شبد میں جذب (لین) ہو جانا چاہیئے۔ یہ کام مُرشد کے پیار اور پانچ ناموں کے سمرن (ذِکر) سے ہی پُورا ہوتا ہے۔ نام کے شغل میں طاقت اور سچّا سکُون ہے۔ نام کو ہی شبد یا دُھن بھی کہتے ہیں

اور مُرشد کی اصلی صُورت شبد ہی ہے۔ یعنی مُرشد شبد مُجسّم ہوتا ہے۔ ہم سب کو شبد کی ہی کھوج ہے۔

ہم سب سے اُونچا درجہ اُس سیوا (خِدمت) کو کہتے ہیں جس سے شاغِل کو رُوحانی فائدہ پہنچے۔ اور یہ سیوا یا خِدمت، سُرت شبد کا شغل یا رِیاضت ہے۔ دُوسروں کی مدد کرنا یا دُوسروں کی بھلائی کے کام کرنا اچھّا ہے۔ لیکن کوئی اِنسان دُوسروں کی مُناسب سیوا ــــ رُوحانی ترقّی میں مدد ــــ تبھی کر سکتا ہے جب وہ خُود اچھی خاصی رُوحانی ترقّی کر چُکا ہو۔

کِسی بھی شے کو بھجن سِمرن (رُوحانی شغل) میں رُکاوٹ نہ بننے دیں۔ ست سنگی کو دُنیا کے دھندوں میں اِتنا زیادہ نہیں اُلجھ جانا چاہیئے کہ وہ اُس کے بھجن سِمرن میں رُکاوٹ کا باعث بن جائیں، یا اُس کا من بے چین ہو جائے۔

10

مَیں چاہتا ہُوں کہ آپ اپنے رُوحانی سفر میں اور زیادہ ترقّی کریں جس سے نفس کی یکسُوئی میں اِضافہ ہو اور آپ اپنے جِسم کو خالی کر کے رُوح کو اندر لطِیف (سُوکشم) مقام کے دروازے پر لے آئیں۔ اِس مقام پر مُرشد کی نُوری صُورت کا دِیدار ہوتا ہے۔ مُرشد کی نُوری صُورت آپ سے بات چیت کریگی اور آپ کے تمام سوالوں کا جواب دے گی۔ آپ نے لِکھا ہے کہ آپ نے اپنے کِسی پچھلے جنم میں حضُور[1] مہاراج جی کے درشن کِئے تھے۔ لیکن یہ بات صاف ہے کہ تب آپ کی بالائی رُوحانی طبقات میں رسائی نہیں تھی، ورنہ آپ کو دوبارہ اِس عالمِ فانی میں جنم لینے کی مُشقّت نہ اُٹھانی پڑتی۔ مَیں چاہتا ہُوں

---

[1] اِشارہ ہے حضُور مہاراج بابا ساون سِنگھ جی کی طرف، جو 2 اپریل 1948ء کو اِس فانی دُنیا سے رحلت فرما گئے۔

کہ آپ اِسی جنم میں خالص رُوحانی طبقات میں پہنچنے کے لئے زیادہ سے زیادہ کوشش کریں تاکہ آپ کو پھر اِس دُنیا میں نہ آنا پڑے۔ بھجن سمرن کو زیادہ سے زیادہ وقت دیں۔ آپ کی رُوحانی ترقی سے آپ کی مرحُوم والدہ کو بھی فائدہ ہوگا۔

رُوحانیت کے سچے کھوجی بہت کم ہوتے ہیں، سنت مت کے اصُولوں پر قائم رہنے والے لوگ تو اور بھی کم ہوتے ہیں۔ اپنی رُوحانی ترقی کے لئے زیادہ سے زیادہ کوشش کرنا ہی آپ کا اصل مقصد ہونا چاہیئے۔ بھجن سمرن کے لئے مخصُوص وقت کے علاوہ اپنا باقی خالی وقت بھی اِس کام میں لگانا چاہیئے۔ یعنی توجہ اِسی طرف لگی رہنی چاہیئے۔ دُوسرے لوگوں کی مدد کرنے میں زیادہ وقت برباد نہیں کرنا چاہیئے۔ ہاں! اگر آپ کو کوئی ایسا شخص ملے جو رادھاسوامی فلسفہ میں گہری دِلچسپی رکھتا ہو اور اِس راستے پر چلنے کا خواہشمند ہو تو آپ بڑی خُوشی سے اُسے سنت مت کی کتابیں پڑھنے کیلئے دیدیں اور اِس بارے میں مُجھے لکھیں۔

11

وہ کُل مالک اور اُس کی پیدا کردہ کثیف (ستھُول) لطیف (سُوکشم) اور رُوحانی منڈلوں کی کُل رچنا ہمارے اندر ہے۔ جیسے جیسے رُوح ترقی کرتی ہے یہ سب راز اپنے آپ ہی کھُلنے لگتے ہیں۔ اور رُوح کو علم ہونے لگتا ہے کہ دُنیا میں واقعات کیوں اور کیسے ہو رہے ہیں۔ یہ عالمِ کثیف (ستھول دُنیا)، عالمِ لطیف (سُوکشم دُنیا) میں سے ہی وجُود میں آیا ہے۔ اِس لئے عالمِ لطیف کے کھوجی اور واقف کار کو عالمِ کثیف کی جانکاری خُود بخُود ہو جاتی ہے۔ سنتوں کی تعلیم اپنے پیروکاروں کو غُلامی کی طرف مائل نہیں کرتی بلکہ ذاتی تجربات اور رُوحانی مُشاہدات کی بِنا پر صحیح معنوں میں آزاد ہونے کا سبق دیتی ہے۔

.... جن شاغلوں کا پردہ کھُلا ہے، یعنی جن کو باطن میں

رسائی حاصل ہے انہیں عام طور پر ایسے مشاہدے نصیب ہوتے رہتے ہیں، جن کا آپ نے ذکر کیا ہے۔ لیکن اِس قسم کے مشاہدات کا ذِکر کسی دوسرے سے نہیں کرنا چاہیئے۔ لوگوں کو اِن باتوں کی قدر نہیں ہے اور پھر بتانے والوں کو بھی بہت نقصان پہنچتا ہے، اِس لئے اِس راہ پر چلنے والوں کے لئے خاموش رہنے میں ہی بھلائی ہے۔

12

ست سنگی کو دُنیاوی سُکھوں کی خواہش نہیں کرنی چاہیئے بلکہ جس قدر ہو سکے ان سے دُور ہی رہنا چاہیئے۔ جب مریض ڈاکٹر کی دوائی کا اِستعمال کرتا ہے تو عِلاج سے مُتعلقہ پرہیز کے ساتھ ساتھ اُس کی ہدایتوں پر بھی عمل کرنا لازمی ہوتا ہے۔ اِسی طرح ست سنگی کو بھجن سِمرن کے ساتھ ساتھ دُوسری ہدایتوں پر بھی پابند رہنا چاہیئے۔ شُروع شُروع میں دُنیا کے سُکھوں اور اُس کی چمک دمک کا شوق اُسے اپنی طرف کھینچتا ہے۔ لیکن وہ اُن سے بچنے کی کوشِش کرتا ہے۔ وہ فقط وہی چیزیں قبُول کرتا ہے جنہیں وہ نہایت ضرُوری سمجھتا ہے۔ باقی چیزوں کا خیال چھوڑ دیتا ہے۔ پھر اُسے رُوحانی شغل میں ترقّی کرتے کرتے ایسی کیفیت حاصِل ہو جاتی ہے کہ وہ اندر نام (ربّی کلمہ) کے ساتھ وابستہ ہو کر باطن میں رُوحانی سرُور سے لُطف اندوز ہونے لگتا ہے۔ ایسی حالت میں دُنیاوی لذّات بے مزہ اور حقیر نظر آنے لگتی ہیں اور وہ اُنہیں دیکھنا تک بھی گوارا نہیں کرتا۔ وہ دُنیا کے کام کاج تو ضرُور کرتا ہے مگر اِن کے موہ جال میں نہیں پھنستا۔

گرنتھ پوتھیوں کا مُطالعہ دماغی طور پر لُطف اندوز ہونے اور اندرُونی مُشاہدات کی تصدِیق کے لئے اچھا ہے، لیکن یہ کِسی کو اندر نہیں لے جا سکتیں۔

13

بہُت سے دھرم برہم کو سب سے اُونچا رُوحانی مقام مانتے ہیں۔ اور اُس

کو ہی کائینات کا خالق تسلیم کرتے ہیں۔ اُن کی کھوج ادھوری اور محدُود ہے۔ برہم کائینات کا خالق نہیں ہے۔ برہم کی رچنا اور حکومت فقط پہلے دو مقامات تک ہی محدُود ہے۔ ان دو مقامات میں سے اِسے (برہم کو) رُوحوں کو پیدا کرنے یا فنا کرنے کا حق حاصِل نہیں ہے۔ وہ صِرف جِسم کے کثیف (سھتُول)، لطیف (سُوکشم) اور لطیف اللطیف (کارن) جِسموں کی مدد سے رُوحوں کو اپنی قید میں رکھ سکتا ہے۔ اِس طرح برہم رُوح کو پانچویں رُوحانی مقام، اُس کے نِج گھر سچ کھنڈ (مقامِ حق) کی یاد بُھلا دیتا ہے۔ اعمال کے مُطابِق سلسلۂ تناسُخ کو جاری رکھنا، اُس کی حکومت کا اٹل قانُون ہے۔ پیدائش اور فنا، نیکی بدی، سُکھ دُکھ وغیرہ کی کثرت اُس کی سلطنت کا دستُور ہے۔

دُنیا کے بہت سے دھرم برہم کے بنائے ہُوئے ہیں۔ اور اُن کا مقصد کائینات کا اِنتظام صحیح سلامت رکھنا ہے۔ برہم نہیں چاہتا کہ کسی بھی رُوح کو اُس سے پرے کسی بالائی رُوحانی مقام کا عِلم ہو۔ جن مذہبی کِتابوں کو ہم عِرفانِ حق (ربّی گیان) کا سرچشمہ کہتے ہیں وہ (برہم) اُن کو اور اوتاروں اور پیغمبروں کو اپنا ذریعہ بنا کر، خُود کو کُل کائینات کا پیدا کرنے والا ظاہر کرتا ہے اور رُوحانیت کے حصُول کے لئے اپنے اصُولوں کو اٹل قانُون کی طرح پیش کرتا ہے۔

دُنیا کے لوگوں کو گُمراہ کرنے اور اُنہیں اعمال کے پیچیدہ جال میں پھنسانے کے لئے گوشت خوری اور نشیلی چیزوں ـــــــ خاص کر شراب نوشی ـــــــ سے بڑھ کر اور کوئی بُرائی نہیں ہے۔ اور لوگوں کو اپنی جانب راغب کرنے کے لئے کرامات کے مُظاہرے جیسی اور کوئی مِقناطیسی طاقت نہیں ہے۔ اِس لئے برہم کے اَوتار شراب نوشی کے بارے میں نرم رویّہ اپناتے ہیں اَور کئی بار اِن چیزوں کے اِستعمال کی اِجازت بھی دے دیتے ہیں۔ جِتنی کِسی پیر پیغمبر

کی رُوحانی رسائی کم ہوگی، اُس کے نزدیک اِن چیزوں کے اِستعمال کی اُتنی ہی زیادہ چھُوٹ ہوگی۔

برہم کے اَوتاروں، پیغمبروں کا کام فقط یہ دیکھنا ہوتا ہے کہ برہم تک کوئی کائینات کی رچنا جُوں کی تُوں قائم اور بحال رہے۔ اور اُس میں آئی رُوحیں اِس کے دائرے میں ہمیشہ قید رہیں تاکہ اُن میں سے کوئی بھی بالائی رُوحانی مقام میں رسائی نہ کر سکے۔ اِس کے برعکس سنت مہاتما برہم کی حد میں مُقیّد رُوحوں کو اِس جیل خانے سے نجات دِلوا کر ابدی سکُون والے اصل گھر، مقامِ حق واپس لے جانے کے واسطے آتے ہیں۔ آپ گوشت، شراب وغیرہ کے اِستعمال کی کڑی ممانعت اور کرامات دِکھلانے کی سخت مُخالفت کرتے ہیں۔ کیونکہ برہم کی حد کو عبُور کرنے میں اِن تینوں کا اِستعمال سب سے بڑی رُکاوٹ ہے۔

14

عام دستُور تو یہ ہے کہ مَوت کے بعد ہر رُوح کو دھرم راج کی عدالت میں پیش ہو کر اپنے اعمال کا حِساب کِتاب دینا پڑتا ہے۔ حضرت عیسٰےؑ کا فرمان ہے کہ ہر رُوح کو ایک ایک پائی کا حِساب دینا پڑے گا۔ لیکن کبھی کبھی اِنسان کی مَوت واقع ہونے اور دھرم راج کے سامنے پیش ہونے کے بیچ کچھ وقت کا وقفہ آجاتا ہے۔ کچھ نیک پاک رُوحیں موت کے بعد دھرم راج کی عدالت میں پیش ہونے اور اِس دُنیا میں دوبارہ جنم لینے سے پہلے اپنے نیک اعمال کی بدولت برہم کے دائرے کے اندر واقع کِسی بالائی مقام میں چلی جاتی ہیں۔ اِسی طرح نہایت ناپاک رُوحیں اپنا حِساب کِتاب پیش کرنے اور اِس مادّی دُنیا میں لَوٹنے سے پہلے نچلے سُوکشم منڈلوں میں بھُوتوں، پریتوں کی جُونوں میں چلی جاتی ہیں اور اپنے بُرے اعمال کی سزا پاتی ہیں۔ ایسا سمجھنا چاہیئے کہ یہ دونوں

صُورتیں رُوح کی موجُودہ زِندگی کا ایک حِصّہ ہوتی ہیں۔

15

ہماری زِندگی میں پیش آنے والے واقعات پر پچھلے جنموں کے اعمال اور حصُول کا گہرا اثر ہوتا ہے۔ لیکن اکثر لوگوں کو اِس بات کا علم نہیں ہوتا۔

اعلےٰ درجے کے ذہین اور نیک لوگوں کو اِس دُنیا میں جو دُکھوں کا سامنا کرنا پڑتا ہے اُن کی وجُوہات کو سمجھنا اِتنا مُشکل نہیں ہے۔ یہ ٹھیک ہے کہ وہ لوگ نیک ہیں اور اِس جنم میں اُنہوں نے ایسا کوئی بُرا کام نہیں کیا جس کی بدَولت اُنہیں ایسے دُکھوں میں سے گزرنا پڑے۔ لیکن گزشتہ جنموں کے اعمال کے بارے میں کیا کہا جا سکتا ہے؟ جنہوں نے بھجن سمرن میں اچھی خاصی ترقّی کر لی ہے، فقط وہی اِس سچّائی کو بخُوبی سمجھ سکتے ہیں۔ ہماری موجُودہ زِندگی کے مُتعلّق سب کچُھ پہلے سے ہی طے شُدہ ہوتا ہے۔ سب رُوحوں کو اپنے اچھّے اور بُرے اعمال کا پھل بھوگنا پڑتا ہے۔ اگر کسی کے سب اعمال نیک ہوتے تو وہ جنّت میں ہوتا اور اگر سبھی اعمال بُرے ہوتے تو وہ دوزخ میں ہوتا۔ سنتوں کی تعلیم ہمیں دُنیا کو ترک کرنے کی ہدایت نہیں دیتی۔ سنت مت ہمیں 'انجن ماہِہ نرنجن' مُراد دُنیا میں رہتے ہُوئے دُنیا کی گندگیوں سے مُتاثر نہ ہونے کی راہ دِکھاتا ہے۔

16

آپ نے اپنے خط میں جس جذبۂ عقیدت اور تعاون کا اِظہار کیا ہے، میں اِس کے لئے آپ کا شُکر گُزار ہُوں۔

شبد رُوپ میں نہ صِرف سبھی سنت مہاتما ایک ہوتے ہیں بلکہ سبھی اِنسان بھی ایک ہیں۔ فرق صِرف اِتنا ہے کہ سنتوں نے اپنے اندر حقیقت کا بھید پا لیا ہوتا ہے اور وہ شبد میں اور ایک دُوسرے میں ابھید ہو چُکے ہوتے ہیں جب کہ باقی اِنسان اِس حقیقت سے بے خبر ہوتے ہیں۔

مَیں چاہتا ہُوں کہ آپ اپنے باطن میں مُرشد کی نُوری صُورت کا دِیدار کرنے کی کوشش کریں تاکہ ذاتی طَور پر آپ کو اِس عظیم حقیقت کا مُشاہدہ ہو جائے جس کی آپ کو حضُور مہاراج جی نے تعلیم دی ہے۔ یہی مُرشد کی سب سے بڑی خدمت ہے، جو مُرید کر سکتا ہے۔ تن، من، دَھن وغیرہ کی سیوا کا اصل مقصد بھی یہی ہے۔ مَیں اُمید کرتا ہُوں کہ آپ یہ مختصر سا جواب قبُول فرمائیں گے۔

17

فُقرائے کامل ہمہ جا موجُود رُوحانی قوّت کے ذریعے دُنیا میں اپنے جسمانی فرائض اور اپنے روزمرّہ کے دُنیاوی کام کاج سرانجام دیتے ہیں لیکن اُن کی رُوح ہمیشہ بالائی طبقات میں مُقیم اور رُوحانی کاروبار میں مشغُول رہتی ہے۔

18

جو اِنسان اپنے مُرشد کے فضل و کرم سے فیضیاب ہُوا ہو، اُس کا دل اُن کے لئے شکرانے اور محبّت سے بھرپُور ہونا چاہیئے۔ اُسے بڑے فخر کے ساتھ اپنے مُرشد کا نام ظاہر کرنا چاہیئے۔ شری گورُو گرنتھ صاحب میں اپنے مُرشد کے نام کو چھُپانا گُناہ کہا گیا ہے۔ اِس ڈر سے کہ کہیں ہماری شہرت کو ٹھیس نہ لگے ہم اپنے مُرشد کے نام کو چھُپا کر رکھنا چاہتے ہیں۔

امریکہ میں ہی نہیں بلکہ ہندوستان میں یا کہیں اور بھی ہدایت کرنا آسان ہے، لیکن اُس پر عمل کرنا نہایت مُشکل ہے۔ فُقراء کامل کی تعلیم کے مُطابق اپنی زندگی کو ڈھالنا کوئی آسان کام نہیں ہے۔ یہی وجہ ہے کہ اُن کے دُنیا سے رحلت فرما جانے کے بعد اُن کی تعلیم گُمنامی اور غلط بیانیوں کا شِکار ہو جاتی ہے۔ اُن کی تعلیم پر کاربند ہونے کی بجائے اُن کے پرچارک اُن کی تعلیم کی من مانی تشریح یا اُس کا غلط مطلب نِکالنا شرُوع کر دیتے ہیں اور کئی قِسم کے جھگڑے کھڑے کر دیتے ہیں۔ لیکن اِس کا یہ مطلب نہیں کہ ہم کِسی دھرم پرچارک کو اُس کی

حیثیت کے مطابق مناسب عزت نہ دیں جس کا وہ مستحق ہے۔

19

یہ سچ ہے کہ داتا ایک ہے، وہ جسے چاہے دے سکتا ہے اور جہاں چاہے وہ اپنے فضل وکرم کی بارش کر سکتا ہے۔ یہ بھی سچ ہے کہ انکساری (نمرتا) ہی صحیح معنی میں عظمت کی نشانی ہے۔ عام کہاوت ہے کہ پھل سے لدی ٹہنیاں جھکی رہتی ہیں۔ عظیم ہستیاں بھی ایسی ہی انکساری کا نمونہ ہوتی ہیں۔

... ہم نے آپ کے ارسال کردہ کاغذات جو ... کے متعلق ہیں کا مطالعہ کیا ہے۔ اگر آپ چاہیں تو آپ ان میں سے کچھ چیزیں اپنی خوراک میں شامل کر سکتے ہیں۔ لیکن سائنس کی ترقی کے مدِنظر علمِ غذائیت میں جو حیرت انگیز کارنامے ہوئے ہیں اُن کی بدولت جب ہم سمجھنے لگتے ہیں کہ ہم سب کچھ جانتے ہیں، کوئی نہ کوئی نامعلوم مسئلہ پھر بھی اچانک سامنے آ کھڑا ہوتا ہے۔ ایک طرف قدرتی آئین کے مطابق زندگی بسر کرنے پر زور دیا جاتا ہے۔ دوسری طرف کیمیائی ڈھنگ سے خوراک میں سے غذائیت کے اجزاء الگ کر کے انہیں مصنوعی ڈھنگ سے تیار کر کے ہماری زندگی کو بھی مصنوعی بنایا جا رہا ہے۔ کیا ہم شاعر کے اِس خیال سے متفق نہیں ہو سکتے ؟ "جہاں نادانی میں خوشی ہو وہاں دانشمندی کا مظاہرہ سراسر بے وقوفی ہے۔

20

اِس سال کے آخر میں ہم سب ست سنگیوں کو اُس کے تمام خوشگوار اور ناخوشگوار حالات کی یاد سے یہ سبق لینا چاہیئے کہ ہم جو کچھ بھی اِن آنکھوں سے دیکھ رہے ہیں وہ سب فانی ہے۔ اِس کی کوئی اصلیت نہیں ہے۔ ہمیں اِس بدلتی دُنیا سے اُوپر اُٹھ کر اُس 'نام یا شبد' کے سرور سے محظوظ ہونے کا اِرادہ پختہ کر لینا چاہیئے۔ کیونکہ 'نام' کائنات کے شروع میں بھی تھا، آج بھی ہے

اور آئندہ بھی رہے گا۔

رُوح اور نام کا سرچشمہ ایک ہے۔ لہٰذا رُوح کو اصلی سُکھ تبھی ملے گا جب یہ نام کے مقام پر پہنچ کر نام کی ہی صُورت اختیار کر لے گی۔ آپ کو نام کا بھید مل چُکا ہے، اِس لئے آپ کو اِس راہ پر زیادہ سے زیادہ ترقّی کرنے کی کوشش کرنی چاہیئے۔ کیونکہ یہی ہماری زندگی کا اصل نصب العین ہے۔ لیکن اپنی دُنیاوی ذِمّہ داریوں کو بھی نظر انداز نہیں کرنا ہے۔ اپنی ذِمّہ داریوں کو نبھاتے ہُوئے پیار اور بھروسے کے ساتھ اپنے اصل کام میں جُٹ جائیں۔ نئے سال میں اِس اصُول کو اپنی زندگی کا آئین بنالیں۔ پرماتما آپ کو نئے سال میں کامیابی اور خُوشی عطا فرمائے۔

21

جو کچھ آپ نے کہا ہے وہ سب آپ کی محبّت اور عقیدت کا پھل ہے۔ اور یہ جذبہ بھجن سمرن میں کامیابی حاصل کرنے کے لئے بہت اہمیّت رکھتا ہے۔ اگر رُوح اِس فانی دُنیا میں مختلف جُونوں میں بھٹکنا نہیں چاہتی تو اِس کے لئے اِسے خُود کو تیسرے تِل (نقطۂ سویدا) پر یکسُو کر کے شبد (ربّی کلمہ) کو پکڑ کر اُوپر اُٹھنے کے سوا اور کوئی چارہ نہیں ہے۔ جب تک رُوح جسم کے ساتھ بندھی ہُوئی ہے، وہ اِس مادّی دُنیا کے ساتھ بندھی ہُوئی ہے۔ جب رُوح جسم کے نَو دروازوں سے اُوپر اُٹھ کر حواسِ خمسہ سے نجات پالے گی تو یہ دُنیا اور اُس کے تمام بندھنوں سے آزاد ہو سکے گی۔ اِس کام میں کامیابی حاصل کرنے کے لئے ضرُوری ہے کہ وہ جسم کو خالی کر کے دھیان کو تیسرے تِل پر مُکمّل طَور پر یکسُو کر لے۔

پرماتما کے حصُول کے لئے شبد کا راستہ سب سے افضل اور اپنے آپ میں مُکمّل راستہ ہے۔ باقی تمام ذرائع اور راستے ادھورے ہیں۔ اِس لئے

ہمارا فرض یہ ہے کہ ہم مُصمّم اِرادے اور مُستقِل مزاجی کے ساتھ اِس راستے پر چلیں۔

22

کِسی قِسم کے جبر یا تشدّد کا اِستعمال غلط بات ہے۔ سنت مَت کی تعلیم کی بُنیاد پیار اور ہمدردی پر ہے۔ پیار سے سمجھانا بُجھانا ہی ٹھیک ہے۔ زبردستی کرنا ٹھیک نہیں ہے۔ سوامی جی مہاراج سمجھاتے ہیں، جو لوگ مُرشد کی تعلیم کو سمجھ کر اُس کو عمل میں لائے وہ اپنے مُرشد کے ساتھ ہی پار اُتر گئے۔ آپ کی بانی ہے :

جن جن مانا بچن سمجھ کے، تن کو سنگ لگائے

(سار بچن، بچن 1، شبد 2)

ست سنگ کا مقصد ہمیں اپنی کمزوریوں کا احساس دِلانا اور ست سنگیوں کو ذہنی اور رُوحانی اعتبار سے اُوپر اُٹھانا ہے۔ جو ست سنگی اِس اِنسانی جامے سے فائدہ نہیں اُٹھاتا اور نام کی کمائی نہیں کرتا وہ نفس (من) اور حواسِ خمسہ (اِندریوں) کا غلام بنا رہتا ہے۔ اور اُسے آخرکار پچھتانا پڑتا ہے۔ دُکھ اور مُصیبت کے وقت وہ کبھی نہ کبھی تو اپنی توجہ کو اندر کی جانب موڑے گا اور بھجن شُروع کرے گا۔ کیونکہ چاہے اُس کو مُقدّر میں لِکھے اعمال کا بُھگتان بھی کرنا ہوتا ہے، لیکن باطِن میں کشِش بنی رہتی ہے۔ مَوت کے وقت تو سنت بلا شک اپنی مَوج دِکھاتے ہی ہیں۔ اگر وہ مَوت سے پیشتر ایسے شخص پر مہر و کرم کریں جو نفسانی لذّات میں غلطان ہو اور جس کی رُوح بُری طرح سے اِن لذّات سے بندھی ہُوئی نفسانی سطح سے اُوپر نہ اُٹھ سکتی ہو تو وہ اِنسان اُن کے اِس فضل و کرم سے فائدہ نہیں اُٹھا سکتا۔ اور وہ مَوج یونہی رائیگاں چلی جاتی ہے۔

آپ کا جواب بالکل دُرست ہے۔ آپ نے سَنت مَت کا راز اور لُبِّ لُباب

جان لیا ہے۔ اِس پر مُستقل مزاجی سے قائم اور پابند رہیں اور خُوشی حاصل کریں۔ بحث مُباحثے سے نہ تو کسی نتیجے پر پہنچا جا سکتا ہے اور نہ مُخالفین کے اوہام اور شکوک کو رفع ہی کیا جا سکتا ہے۔ اِس لئے بحث مُباحثے میں وقت کیوں برباد کیا جائے؟ جب کسی ست سنگی کو شبد دُھن سُنائی دینے لگے، خواہ اُس کو شبد دُھن کا اُپدیش مِلا ہو یا نہ مِلا ہو، اُسے سمجھ لینا چاہیئے کہ مُرشد نے اُس پر خاص مہر و کرم کیا ہے۔ ایسے ست سنگی کو چاہیئے کہ وہ اپنی رُوح کو جسم میں سے سمیٹ کر تیسرے تِل (نقطۂ سویدا) پر یکسُو کرے تا کہ شبد دُھن اُسے اور زیادہ اچھّی طرح سُنائی دے۔

23

پانچ نام کا سمرن کرنا، تیسرے تِل پر دھیان کو یکسُو کرنا اور باطن میں شبد دُھن (ربّی کلمہ) کو سُننا ـــــ یہ تینوں شغل ایک ہی منزل کی طرف اشارہ کرتے ہیں۔ اور وہیں لے جاتے ہیں۔ میں ... کو بھی اِس بارے میں لکھ رہا ہُوں۔ ہمیں انیکتا یعنی دُوئی میں سے نکل کر ایکتا یعنی وحدت میں آنا ہے، اِس لئے دُوئی کے احساس کو بڑھاوا نہیں دینا چاہیئے۔ یقیناً انیکتا میں سے نکل کر ایکتا (وحدت) کے اندر داخل ہونے کا یہی ایک سب سے اعلےٰ راستہ ہے کہ اِس پانچ عناصر کے پنجرے کو خالی کر کے تیسرے تِل میں رسائی کی جائے۔

کہیں ایسا نہ ہو کہ ست سنگ کا بندوبست کرتے کرتے اصل کام رُوحانی شغل

ٹ۱ بڑے حضور مہاراج بابا ساون سنگھ جی کے وقت میں نام دان کے لئے چُنے گئے بچّوں کو نام کبھی کبھی دو حِصّوں میں دیا جاتا تھا۔ پہلی بار سمرن (ذکر) کرنے کا طریقہ سمجھایا جاتا تھا اور بعد میں شبد دُھن سُننے کا اُپدیش دیا جاتا تھا۔

پیچھے رہ جائے۔ اگر ایسا ہُوا تو لوگ رُوحانی مدد کی بجائے دُنیاوی اِمداد لینے کی غرض سے آپ کے پاس آنے لگیں گے اور ہمارا ست سنگ بھی گرجے کی طرح دُنیاوی مُصیبتوں میں گرفتار معاشرتی مُشکلات کا حل تلاش کرنے والی ایک جماعت یا سبھا بن کر رہ جائے گا، جس میں دولت مند لوگ غریبوں کی اِمداد کرتے ہیں۔ میرا تو یہی مشورہ ہے کہ آپ فقط رُوحانی مسائل کی طرف توجہ دیں۔ اور ست سنگ کو، بیچ میں نہ لاکر اپنی طرف سے لوگوں کی مدد کرتے رہیں۔ کوئی عمارت تعمیر کرنے یا دفتر وغیرہ بنانے کی ضرورت نہیں ہے۔ آپ رُوحانیت کو دُنیاوی کام کاج کے ساتھ نہ ملائیں، رُوحانیت پر نگاہ رکھیں۔ باقی تمام کام اپنے آپ ہی چلتے رہیں گے۔ ایک بار لڑکیوں کا سکُول کھولنے کے لئے جب حضُور بڑے مہاراج جی[1] سے اِجازت مانگی گئی تو آپ نے فرمایا کہ مَیں یہاں رُوحانیت کی تعلیم کے علاوہ اور کسی طرح کے سکُول کے حق میں نہیں ہُوں۔ اپنی اور دُنیا کی سب سے بڑی خدمت اور بھلائی اِسی بات میں ہے کہ آپ اندر جائیں، شبد دُھن سے رابطہ قائم کریں اور اُوپر کی جانب اپنا رُوحانی سفر شرُوع کریں۔ جو بھی چیز اِس مقصد کے حصُول میں رُکاوٹ بنتی ہو اُسے چھوڑ دینا چاہیئے۔

24

مَیں رادھا سوامی مارگ پر چلنے والے تمام لوگوں کو اپنا گورُو بھائی مانتا ہُوں اور اُنہیں اپنے بھائی بہن سمجھتا ہُوں جو عُمر میں مجھ سے چھوٹے ہیں اُنہیں مَیں بیٹے بیٹیوں کی نظر سے دیکھتا ہُوں۔

نفس اور رُوح کی دھارائیں جو جسم کے روم روم میں پھیلی ہُوئی ہیں اُنہیں پانچ ناموں کے سمرن کی مدد سے تیسرے تل پر اکٹھا کرنا چاہیئے۔ ہم چاہتے

---

[1] حضُور بڑے مہاراج جی سے مُراد، حضُور بابا ساون سنگھ جی مہاراج

ہیں کہ جلدی ترقّی ہو جائے لیکن یہ کام آہستہ آہستہ ہونے والا ہے۔ جسم میں آنکھوں سے نچلے حصّے کو مُکمّل طور پر خالی کرکے توجہ کو تیسرے تل پر یکسُو کرنے اور اُس نُقطے پر ٹکائے رکھنے کے لئے برسوں کی محنت درکار ہے۔ جب سُرت تیسرے تل پر مرکوز ہو جاتی ہے تو آنکھوں کے نیچے کا سارا جسم بالکُل بے حِس (سُنّ) ہو جاتا ہے۔ لیکن اِنسان باطن میں پُوری طرح باہوش ہوتا ہے۔ اندر روشنی دِکھائی دیتی ہے اور شبد دُھن صاف صاف سُنائی دینے لگتی ہے۔ اِس کیفیت میں پہُنچنے سے پہلے شبد کی آواز سُنی تو جا سکتی ہے لیکن وہ رُوح کو اپنی طرف اُوپر نہیں کھینچ سکتی۔ اِس لئے سِمرن کے ذریعے جسم کو خالی کرنا پہلا قدم ہونا چاہیئے۔ سِمرن کرتے وقت شبد دُھن کو سُننے کی کوشش نہیں کرنی چاہیئے۔ اِس سے توجہ بٹ جاتی ہے۔ شبد دُھن کو سُنتے وقت اپنے پٹھّوں پر دباؤ نہ ڈالیں۔ شبد اپنے آپ سُنائی دے گا۔ اور جیسے جیسے یکسُوئیت میں اِضافہ ہوتا جائے گا، شبد کی آواز بھی زیادہ صاف اور نُمایاں ہوتی جائے گی۔

آپ اپنی پُوری کوشش یکسُوئیت کو بڑھانے میں لگائیں۔ ہمارا مُرشد ہمارے اندر ہے اور کئی بار وہ اپنی آواز کے ذریعے یا اپنی لطیف (سُوکشم) صُورت کی جھلک دِکھا کر ہمیں اپنی جانب مُتوجہ کرنے کی کوشِش کرتا ہے۔ یہ مُرشد کے فضل وکرم کی نِشانی ہے، کیونکہ وہ اِس طرح اپنا دِیدار دے کر ہمارے ساتھ بات چیت کے ذریعے بھجن سِمرن میں ہماری حوصلہ افزائی کرنے کی کوشِش کرتا ہے۔

25

مُجھے افسوس ہے کہ کسی سَت سنگی بھائی نے آپ سے اپنا وعدہ پُورا نہیں کیا۔ غالباً شروع میں اُس کا اِرادہ نیک تھا۔ فراخدِلی کے طور پر ایسا سوچا جا سکتا ہے۔ صحیح فیصلہ آپ خُود ہی لے سکتے ہیں۔ سب سَت سنگی ایک جیسے نہیں ہوتے اِس لئے آپ کو مُحتاط رہنا چاہیئے۔ در حقیقت تھوڑے عرصے کے بعد بہت سے

سَت سنگیوں کا جوش ٹھنڈا پڑ جاتا ہے۔ کیونکہ رُوحانی شغل میں کامیابی اور یکسوئیت کڑی محنت اور پاک صاف رہن سہن کے بغیر ناممکن ہے۔ اور اکثر لوگ اِن دو شرطوں کو نبھانے میں بُری طرح ناکام رہتے ہیں۔ یہ تو عمر بھر کے لئے نہایت دُشوار اور محنت طلب جدوجہد ہے۔ ایسے بہت کم لوگ ہیں جو بھجن سِمرن میں ناکامی کے باوجُود بھی پہلے جیسے شوق اور لگن کو برقرار رکھتے ہُوئے مُستقِل مزاجی اور تحمُّل کے ساتھ اپنے مقصد میں جُٹے رہتے ہیں۔

مجُھے افسوس ہے کہ آپ کو زِندگی کی دُشواریوں کا سامنا کرنا پڑ رہا ہے۔ دراصل ہماری زِندگی میں مُوافِق یا نامُوافق حالات ہمارے اپنے ہی پچھلے جنموں کا پھل ہیں۔ اِس لئے تحمُّل کے ساتھ مالک کی رضا میں رہتے ہُوئے ان تمام کرموں کا حساب کتاب بے باق کرنا چاہیئے۔ اور آئندہ بُرے نتائج سے بچنے کے لئے نیک اعمال کرنے چاہیئں۔ شبد دُھن سُننے سے بہتر اور کوئی نیک عمل نہیں ہے۔ کیونکہ اِس سے اعمال کا سِلسلہ ختم ہو جاتا ہے اور ہم اعمال کے جال سے ہمیشہ کے لئے چھُوٹ جاتے ہیں۔

اِنسان خواہ کتنا ہی نیک کیوں نہ ہو، بے سہارا اور لاچار ہے۔ وہ پچھلے جنموں کے اعمال کے بھُگتان میں تو مجبُور ہے، لیکن آئندہ کے لئے اچھّا بیج بونے کے لئے آزاد ہے۔ اِس دُنیا میں سنتوں مہاتماؤں کے ذریعے بتائے گئے پانچ مُقدّس ناموں کا سِمرن ہی اِس انسانی جامے کا بہترین استعمال کرنا ہے۔ اِس لئے آپ کو اپنے موجُودہ حالات کے مُطابق رُوحانی شغل کو زیادہ سے زیادہ وقت دینا چاہیئے۔

نفسانی اور دماغی پریشانی بھجن سِمرن کی وجہ سے نہیں ہے۔ مُمکن ہے کہ سِمرن کے دَوران من باہر بھٹکتا ہو اور دُنیاوی مسائل اور پریشانیوں کے سبب من سِمرن کو چھوڑ کر طرح طرح کے خیالات سامنے لاکر دماغ میں فتُور پیدا

کرتا ہو۔ من کو ہمیشہ پُرسکون رکھنا چاہیئے، اور کم سے کم بھجن (شغل) کے دَوران تو اِسے ضرور شانت رکھنا چاہیئے۔ مَیں جانتا ہُوں کہ ایسا کرنا خصوصاً ایسے ناموافق حالات میں جن میں سے آپ گزر رہے ہیں بہت مشکل ہے لیکن ہم نے من کے ساتھ جنگ کرنے کے لئے ہی تو جنم لیا ہے۔ اور ہمت نہ ہارنے میں ہی بہادری ہے۔ اِس کے علاوہ کوئی چارہ بھی تو نہیں ہے۔ اِن دُنیاوی مُشکلات کو برداشت کرتے ہُوئے اور اُن کا سامنا کرتے ہُوئے ست سنگی کو اپنے نفس (من) سے بھی لڑائی کرنی پڑتی ہے۔ اور اُسے ساکن کرکے اپنے قابُو میں کرنا پڑتا ہے۔

دُنیاوی رِشتوں ناطوں کے بارے میں بخُوبی کہا جاسکتا ہے کہ اِس مادّی دُنیا میں سبھی رِشتے غرضوں کے رِشتے ہیں۔ خاوند، بیوی، بہن بھائی، یار دوست وغیرہ اپنے اپنے ذاتی مفاد کے پیشِ نظر ہمارے ساتھ تعلق قائم کئے ہُوئے ہیں۔ جب وہ محسُوس کرتے ہیں کہ اب اُنہیں ہم سے کوئی فائدہ نہیں پہنچ سکتا تو ہماری نسبت اُن کی محبّت اور جوش بھی ٹھنڈا پڑ جاتا ہے۔ رِشتہ داروں اور دوستوں سے زیادہ اُمید نہیں رکھنی چاہیئے۔ بھلے ہی وہ آپ کے پیار کا بدلہ پیار سے نہ دیں۔ لیکن آپ کو اُن کے تئیں اپنے فرائض نبھاتے رہنا چاہیئے اور اُن کا دھیان رکھنا چاہیئے۔ اپنے خاوند کے لئے آپ کو خاص طور پر ایسا ہی رویّہ اِختیار کرنا چاہیئے۔ اُس سے پیار کا سلُوک کریں اُس کا حکم بجا لائیں اور اُس کی خِدمت کریں۔ اپنے پیار اور خِدمت سے اُس کا دِل جیت لیں۔

مُرشد ہمیشہ اپنی نوری صُورت اور شبد سرُوپ میں آپ کے اندر موجُود ہے اور آپ کی سنبھال کر رہا ہے۔ آپ مایُوس نہ ہوں۔ دُکھ اور مُصیبت میں اپنے مُرشد کی جانب متوجہ ہوں۔ یہ سوچ کر اپنے آپ کو تسلی دیں کہ زِندگی کی

مُشکلات کا مُقابلہ کرتے ہوُئے آپ کے اعمال کا بوجھ دِن بدن ہلکا ہو رہا ہے۔

26

آپ جب چاہیں مجھے خط لکھ سکتے ہیں۔ جہاں تک آپ کی ... کی زیارت کا تعلق ہے آپ کو اپنے اعمال کے بموُجب وہاں جانا پڑا اور وہاں پہنچ کر اپنے اعمال کے سبب ہی آپ کو مایوُسی کا سامنا کرنا پڑا۔ جب کِسی عمل یا فعل کے بھُگتان کا وقت آتا ہے تو ہماری سوچ کا جھُکاؤ بھی اپنے آپ ویسا ہی ہو جاتا ہے۔

میرا تو یہی مشورہ ہے کہ دُنیا کے کام کاج دُنیاوی سوُجھ بوُجھ سے سُلجھائیں۔ اور کاروباری سِلسلہ میں مُناسب صلاح لیں۔ پھر بھجن سِمرن کے ذریعے مُرشد کا دھیان کرتے ہوُئے کام کریں۔ آپ بلا ناغہ بدستوُر بھجن سِمرن کو وقت دیتے رہیں تاکہ مَن شانت رہے اور آپ ستگوُرو کے فضل و کرم کو محسُوس کر سکیں۔

27

شُکریہ! آپ نے اپنے خط میں اپنے رُوحانی شغل کے بارے میں تفصیلاً لِکھا ہے۔ آپ کی رُوحانی لگن اور اِس راہ پر گامزن ہونے کا شوق بار آور ہوُئے ہیں۔ جس راستے پر آپ اب چل رہے ہیں یہی صحیح راستہ ہے۔ لیکن یہ راستہ بہت لمبا اور تھکا دینے والا ہے۔ خصُوصاً شرُوع شرُوع میں ایسا ہی ہوتا ہے۔ اِسے 'پِپلیکا مارگ'، یا 'چیونٹی مارگ'، کہا گیا ہے۔ چیونٹی بڑی محنت سے ریت میں مِلے کھانڈ کے دانے چُن چُن کر نکال لیتی ہے۔ شبد ذرّے ذرّے اور پتّے پتّے میں سمایا ہوُا ہے اور جب ہماری تیسرے تِل (نُقطۂ سویدا) میں رسائی ہو جاتی ہے۔ اور اُس مُکمّل یکسوُئیت کی کیفیت میں ہم شبد دُھن کو پکڑ لیتے ہیں تو جیسے چیونٹی ریت میں سے کھانڈ کے دانے چُن لیتی ہے ویسے ہی ہم اپنی رُوح کو مادّیت

سے الگ کرنے میں کامیاب ہو جاتے ہیں۔

آپ بڑی خوشی سے اپنے مشاہدات اور مشکلات کے بارے میں مجھے لکھ سکتے ہیں۔ فقرائے کامل کو ہر بات کا علم ہوتا ہے۔ لیکن وہ اندرونی طور پہ جانتے ہوئے بھی کبھی پہل نہیں کرتے۔

میں آپ کے اندرونی روحانی مشاہدوں سے بہت خوش ہوں اور آپ کی ثابت قدمی کے لئے آپ کو مبارک باد کہتا ہوں۔ یہی اصل روحانیت ہے۔ آپ نے دیکھ ہی لیا ہے کہ دوسری بار یہ ریاضت اِتنی تکلیف دِہ نہیں تھی اور آپ نے لگ بھگ بازی جیت لی ہے۔ جب روح پہلی بار سمٹ کر جسم کو سُن (بے حس) کرتی ہے، اوپر آتی ہے تو جسم میں درد کا احساس ہونا قدرتی امر ہے۔ لیکن جب آپ اپنی مستقل مزاجی اور مصمم ارادے سے اِس مرحلہ کو پار کریں گے تو آپ کا کام آہستہ آہستہ آسان ہوتا جائے گا۔ زور، دباؤ، سانس لینے میں دِقت اور چہرے کے تناؤ وغیرہ کا احساس یہ سب روحانی جدوجہد کی نِشانیاں ہیں، جنہیں خوش قسمتی سے آپ قریب قریب عبور کر چکے ہیں۔ اپنی توجہ کو تیسرے تل پر مرکوز کر کے پانچ ناموں کا سمرن جاری رکھیں۔ اور جب مکمل یکسوئیت حاصل ہو جائے تو سمجھو کہ آپ نے بازی جیت لی ہے۔ آپ اِس بات کا قطعی فکر نہ کریں کہ آپ کو بھجن سمرن کے دوران کسی قِسم کی تکلیف ہو جائے گی. جسم کا کوئی حصہ ناکارہ ہو جائے گا یا موت واقع ہو جائے گی۔

اگر پیار اور صدق دِلی سے متواتر پانچ مقدس ناموں کا سمرن کرتے رہینگے تو یکسوئیت میں اِضافہ ہوتا رہے گا۔ بھجن (شغل) کے لئے اپنے مخصوص وقت کے علاوہ اگر دِن میں ایک دو بار آدھا آدھا گھنٹہ مزید بھجن کیا جائے تو یہ اور بھی فائدہ مند ہوتا ہے۔ آپ اِس طرح اور بھی زیادہ فائدہ اُٹھا سکتے ہیں۔

جب پیٹ خالی ہو اور کھانا ہضم ہو چکا ہو اُس وقت بھجن سمرن میں بیٹھنا

لازمی طور پر مفید ہوتا ہے۔

چونکہ آپ اِس راستے پر ابھی نئے ہیں، اِس لئے جب تک آپ کے پاؤں مکمل طور پر جم نہ جائیں اور آپ کو راستہ کا گہرا مشاہدہ نہ ہو جائے، آپ اِس کے بارے میں دوسرے لوگوں سے بات چیت نہ کریں۔ آپ کے رہن سہن، من کی شانتی اور سلوک کا دوسرے لوگوں پر اثر پڑے گا۔ وہ حیران ہونگے اور خود بخود آپ کے مزاج میں تبدیلی کی وجہ دریافت کریں گے۔

28

رادھا سوامی تعلیم جادو ٹونا، مُردوں کی رُوحوں کو بُلانا اور اِس طرح کے دوسرے کاموں کے سخت خِلاف ہے۔ ایسے کام کرنے والا شخص بھجن سمرن میں یکسوئیت اور ترقی حاصل نہیں کر سکتا۔ ایسے اِنسان کو جب تک کہ وہ اِن کاموں کو چھوڑ نہیں دیتا، نام دان نہیں مِل سکتا۔ اِس کے عِلاوہ جو ست سنگی رُوحانی ترقّی کا خواہشمند ہے اُسے کالا جادو کرنے والے، رُوحوں کو بُلانے والے اور اِس قِسم کے دوسرے کاموں میں مشغول لوگوں کی صحبت سے دُور رہنا چاہیئے۔ آپ بھجن سمرن اور نفس (من) کی یکسوئیت کو وقت دیتے رہیں۔ پھر کوئی بُری شے آپ پر اثر انداز نہیں ہو سکتی۔

29

آپ نے لِکھا ہے حسب منشا نتائج موصول نہ ہونے کے سبب آپ کے رُوحانی شغل کا جوش ٹھنڈا پڑ گیا ہے۔ آپ کو نام کی بخشش ہوئے پانچ برس ہو گئے ہیں۔ ست سنگی کو رُوحانی شغل کے لئے ہر روز بدستور کم سے کم اڑھائی گھنٹے کا وقت دینا چاہیئے۔ اگر آپ نے اِتنا وقت روزانہ دِیا ہوتا خواہ سمرن ہی کرتے تو اب تک آپ کا نفس ساکن ہو چُکا ہوتا۔

پہلا قدم نفس کو ذِکر (سمرن) کے ذریعے تیسرے تِل (نُقطۂ سویدا) پر یکسو

کرنا ضروری ہے۔ گزشتہ لا تعداد جنموں سے من کو باہر بھٹکنے کی عادت پڑ چکی ہے۔ یہ ایک لمحہ کے لئے بھی نہچل (ساکن) نہیں بیٹھتا۔ من کو ساکن کرنے کے لئے کئی برسوں کی لگاتار ریاضت درکار ہے۔ جب تک من ساکن نہیں ہوتا یہ اندر نہیں جا سکتا۔

آپ کے اندر نہ جا سکنے کی وجہ نس بندی نہیں ہے۔ بلکہ یہ متواتر سمرن نہ کرنے کی وجہ سے ہے۔ اگر آپ رُوحانی شغل میں ترقّی کرنا چاہتے ہیں تو آپ کو ہر روز باقاعدگی اور مُکمّل توجہ کے ساتھ دو گھنٹے سمرن اور اُس کے بعد نِصف گھنٹہ شبد دُھن سُننے کے لئے وقف کرنا چاہیئے۔ اِس سے زیادہ آسان اور یقینی طریقہ اور کوئی نہیں ہے۔

نفس کوئی معمُولی طاقت نہیں ہے کہ آسانی سے ہمارے قابُو میں آجائے نفس تو کُل کائینات کا حاکم ہے، کائینات کو چلانے والا ہے۔ جب تک ہمارا خیال جسم کے نَو دروازوں میں بند ہے تب تک مَن قابُو سے باہر ہے۔ جیسے جیسے ہمارا خیال یعنی سُرت کی دھارائیں ہاتھوں پیروں سے نِکل کر اُوپر کی جانِب تیسرے تِل پر یکسُو ہوتی جائیں گی، ویسے ویسے مَن قابُو میں ہوتا جائے گا۔ جب رُوح مُکمّل طور پر سِمٹ کر تیسرے تِل پر مرکُوز ہو جائے گی مَن قابُو میں آجائے گا۔ تیسرے تِل پر مُکمّل یکسُوئیت حاصِل ہو جانے کے بعد رُوح شبد دُھن سے فیضیاب ہوتی ہُوئی اُس پر سوار ہو کر اُوپر اُٹھ سکے گی۔

30

یہ بات اچھّی طرح سمجھ لیں کہ سَنت مَت ایسے کاموں کی بالکُل اِجازت نہیں دیتا ... کو سنت مَت کے اصُولوں پر قائم رہنا چاہیئے۔ اِس سے بھی زیادہ ضرُوری بات یاد رکھنے والی یہ ہے کہ کالے جادُو اور تعویذ وغیرہ کا سَت سنگیوں پر کوئی اثر نہیں ہو سکتا۔ سَت سنگیوں کو چاہیئے کہ وہ پیار اور بھروسے

کیساتھ پانچ ناموں کا سمرن کریں۔ ایسا کرنے سے وہ ہر قسم کے بُرے اثرات سے محفوظ رہتے ہیں۔ ہاں یہ ضروری ہے کہ جتنی زیادہ لگن اور باقاعدی کے ساتھ سمرن کیا جائے، حفاظت اور سنبھال بھی اُتنی ہی زیادہ ہوتی ہے۔

سَنت مَت پیار اور ترغیب کا راستہ ہے۔ دباؤ یا زبردستی کا نہیں۔ ایسا سوچنا بھی غلط ہے کہ اگر ہم بھجن سمرن کرتے رہیں گے تو ستگورو ہمارے رہن سہن اور چال چلن کی پرواہ نہیں کریں گے۔ رُوحانی شغل میں ترقی کافی حد تک ہمارے رہن سہن اور سوچ وِچار پر منحصر ہے۔ اعلےٰ اخلاق اور پاک صاف رہن سہن سَنت مَت کے ضروری پہلو ہیں۔ اگر وہ دُوسری باتوں پر زیادہ دھیان نہ دیتے ہوئے اپنی پُوری توجہ بھجن سمرن میں لگائے تو اُسے کافی فائدہ ہوگا۔

ایسی خِدمت بے سُود ہے جو کسی کو پسند نہ آئے یا جس کی کوئی قدر نہ ہو۔ اِس کے عِلاوہ جب بچے عُمر میں بڑے ہوجاتے ہیں تو وہ بہت بدل جاتے ہیں۔ اُنہیں نہ تو کسی کام کے لئے مجبور کیا جاسکتا ہے اور نہ ہی ہمارے لئے ایسا کرنا مُناسِب ہے۔ ہم بڑے ہیں، ہمیں ہی بدلتے ہوئے حالات کے مُطابِق اپنے آپ کو ڈھالنا چاہیئے۔

آپ کو بھجن سمرن کے لئے زیادہ سے زیادہ وقت دینا چاہیئے۔ کم از کم اڑھائی گھنٹے تو ضرور اِس کام کے لئے وقف کرنے چاہیئں۔ دو گھنٹے سمرن کے لئے اور نصف گھنٹہ شبد دھن سُننے کے لئے۔ اگر آپ بدستُور پیار اور بھروسے کے ساتھ ایسا کریں گے تو حالات یقیناً سُدھر جائیں گے۔

31

مُجھے آپ کا خط مِلا۔ باطن میں جو منظر آپ نے دیکھا اور جو مُشاہدہ آپ کو ہُوا، اُس کی تفصیل مَیں نے غور سے پڑھی۔ ایسے مُشاہدے اِس راہ پر چلنے

والوں کی حوصلہ افزائی کرتے ہیں، جن سے آپ کو مزید لگن کے ساتھ بھجن سمرن کرتے رہنے کی ترغیب ملنی چاہیئے۔

باطن میں بڑھ رہے نور کو دیکھتے ہوئے آپ کا شبد دھن میں توجہ کو بنائے رکھنا اچھی بات ہے۔ یہاں شبد دھن ہمیشہ ہو رہی ہے۔ یہ نہایت خوشی کی بات ہے کہ کام کاج کرتے ہوئے بھی آپ کو گھنٹے کی آواز سنائی دیتی رہتی ہے لیکن اس آواز کی طرف تبھی متوجہ ہونا چاہیئے جب یہ دائیں کان کی طرف سے اور پیشانی میں سے آئے۔ اگر شبد دھن بائیں کان سے آئے تو اس کی طرف ہرگز توجہ نہیں دینی چاہیئے[1] خواہ وہ گھنٹے کی آواز ہی کیوں نہ ہو۔

32

آپ لوگ پرانے ست سنگی ہیں اور ان اصولوں سے بخوبی واقف ہیں جن پر قائم رہنا ست سنگیوں کے لئے نہایت لازمی ہے۔ ہمارا اصل مقصد یہ ہے کہ ہم اندر جائیں۔ شبد دھن کو پکڑ کر دنیا کی کش مکش سے اوپر اٹھ جائیں۔ یہ دنیا ایک اکھاڑہ ہے۔ یہاں نہ کبھی امن امان ہوا ہے اور نہ ہی کبھی ہو سکتا ہے۔ یہ دنیا جدوجہد کی بنیاد پر کھڑی ہے اور اس کا مقابلہ کرنا نہایت دشوار ہے۔

جو لوگ باطن میں نام کے ساتھ جڑ جاتے ہیں، وہ اس کش مکش سے اوپر اٹھ جاتے ہیں اور وہ ابدی سکون اور سرور کے دیش میں رہتے ہیں۔ اس کے برعکس جو لوگ اس مادی دنیا کی جدوجہد میں الجھے رہتے ہیں وہ اس ہمیشہ بدلتی ہوئی دنیا کا حصہ بنے رہتے ہیں۔ انہیں اپنی خواہشات کی تکمیل کے لئے

---

[1] شبد دھن کا بائیں کان سے سنائی دینا ظاہر کرتا ہے کہ سمرن میں کمی ہے۔ اور توجہ کا مرکز درست نہیں ہے، اس لئے سمرن اور زیادہ لگن کے ساتھ کرنا چاہیئے۔

الگ الگ جُونیوں اور مُختلف حالات میں بار بار جنم لینا پڑتا ہے۔

جس مُلک اور سماج میں ہم رہتے ہیں، اُن کی نسبت ہمیں اپنے فرائض اور ذِمّہ داریاں بھی نبھانی ہوتی ہیں۔ لیکن یہ کام اپنا فرض سمجھ کر اور لاتعلق رہ کر کرنا ہے۔ حضور بڑے مہاراج جی (بابا ساون سنگھ جی) نے آپ کو جو نصیحت فرمائی تھی وہ آج بھی صحیح ہے بلکہ آپ کے لئے ایک سُنہری اصُول کا درجہ رکھتی ہے۔ "کسی ایسی سوسائٹی کا رُکن بننے میں کوئی ہرج نہیں جو سماج سُدھار کا کام کرتی ہو۔ بشرطیکہ اُس میں آپ کو بہُت زیادہ وقت نہ لگانا پڑے یا وہ آپ کے لئے ذریعۂ معاش بنتا ہو۔ دُنیاوی یا ایسے دُوسرے کام کاج میں اُتنا ہی وقت دینا مُناسب ہے جتنا اُسے برقرار رکھنے میں ضرُوری ہو۔" آپ اُس سوسائٹی کے رُکن بنے رہیں۔ لیکن آپ کو اُس کے لئے ضرُورت سے زیادہ وقت نہیں دینا چاہیئے۔ کہیں ایسا نہ ہو کہ وہ آپ کے بھجن سمرن میں رُکاوٹ بن جائے۔ بس یہی ایک کسوٹی ہے۔ اپنا فرض ادا کرتے رہیں لیکن اِن تنظیموں میں زیادہ نہ اُلجھیں۔ نجات ہر اِنسان کا ذاتی مسئلہ ہے۔ اور باطن میں فقط نام سے وابستگی ہی اُسے سُلجھانے کا واحد ذریعہ ہے۔

33

مُجھے اِس بات کی خُوشی ہے کہ آپ نام دان کی اہمیّت کو بخُوبی سمجھتے ہیں۔ لیکن اِس کی اصل قدر و قیمت تبھی سمجھ میں آسکتی ہے جب پانچ ناموں کے سمرن کے ذریعہ جسم کو خالی کر کے باطن میں رسائی حاصِل ہو جائے۔ آپ کو اندر جا کر ہی اِس حقیقت کا پتہ چلے گا کہ مُرشدِ کامل کا مِلا ب کتنی بڑی خُوش نصیبی کی بات ہے۔ اندر جا کر آپ خُود دیکھ سکیں گے کہ ست گُورُو اپنے ست سنگیوں کے لئے کیا کچھ کرتے ہیں۔ نام دان کا اصل مقصد ہے اپنے اندر داخل ہو کر اپنے مُرشد کی نوُری صُورت کا دِیدار کرنا اور اُس کی رہنمائی میں اپنے

رُوحانی سفر کو پُورا کرنا۔ یہ سفر پیروں کے تلووں سے شرُوع ہو کر سر کی چوٹی پر پہنچ کر مکمّل ہوتا ہے۔

آپ کو افسوس نہیں ہونا چاہیئے کہ آپ کو نام دان بہت دیر کے بعد ملا ہے۔ ہر کام کا وقت مُقرر ہے اور اب آپ پر نام کی بخشش ہو جانے سے آپ کے پریوار کے سبھی لوگ ست سنگی ہو گئے ہیں۔ آپ سب کو ایک ساتھ بھجن پر بیٹھنا چاہیئے۔ بشرطیکہ ایسا کرنے سے آپ کے کام کاج میں رُکاوٹ نہ آتی ہو۔

جہاں تک دُنیاوی کاروبار کا تعلق ہے آپ اپنی جانب سے پُوری کوشش کریں اور پھر کسی قسم کا فِکر نہ کریں، کیونکہ جو کچھ ہوگا آخر کار آپ کی بہتری کے لئے ہی ہوگا۔ بھروسے اور عقیدت کے ساتھ قدم آگے بڑھائیں، دُنیاوی اور رُوحانی دونوں طرح سے ترقی کریں۔

34

مجھے یہ جان کر بہت خُوشی ہُوئی کہ آپ کی خانگی زندگی نہایت خُوشگوار ہے اور آپ کے اپنی شریکِ حیات کے ساتھ تعلّقات بہت اچھے ہیں۔ دراصل ہونا بھی ایسا ہی چاہیئے۔

نیند جسم کو آرام دینے کے لئے قُدرتی ذریعہ ہے۔ زیادہ محنت کرنے سے اِنسان تھک جاتا ہے اور کئی بار اُسے نیند آنے لگتی ہے۔ اِس حالت میں ٹھیک ڈھنگ سے بھجن سمرن میں بیٹھنا مُشکل ہو جاتا ہے لیکن ایسی صُورت میں اپنی توجہ ستگورُو میں رکھنی چاہیئے۔ یعنی باطن میں مُرشد اور شبد پر خیال کو یکسُو کرنا چاہیئے۔

بھجن سمرن کے لئے ایسا وقت نکالنے کی کوشش کریں جب من تازہ ہو اور جسم بھی تھکا ہُوا نہ ہو۔ اگر آپ پُوری نیند لینے کے بعد صبح سویرے کا وقت بھجن سمرن کے لئے وقف کر سکیں تو اور بھی بہتر ہوگا۔ اُس وقت بھجن میں بیٹھنے کا دوہرا

فائدہ ہوتا ہے کیونکہ اس سے ایک تو بچّے کے سُبھاؤ پر اچھّا اثر پڑے گا اور دُوسرے اُس کے دِل میں جنم لینے سے پیشتر ہی اچھے سنسکار پیدا ہونگے۔ گوُرو کے بارے میں سوچنے، کتابیں پڑھنے ـــــ خواہ وہ سنت مت سے تعلّق رکھتی ہوں یا دُوسرے اخلاقی مضامین پر مبنی ہوں ـــــ سے بھی فائدہ ہوگا۔

35

جیساکہ آپ نے لکھا ہے زِندہ مُرشد کی بہت اہمیت ہے۔ خاص کر سنت مت میں۔ پہلے بھی آپ کو بتایا جاچُکا ہے کہ ہمارے ستگوُرو شری حضور بابا ساون سنگھ جی جن سے آپ کو نام دان کی بخشش ہُوئی تھی، 2 اپریل 1948ء کو اِس عالمِ فانی سے رحلت فرما گئے ہیں۔ تب سے اُنکی وصیّت میں تحریر شُدہ فرمان کے مُطابق مَیں یہ خِدمت انجام دے رہا ہُوں۔

ایسی عظیم ہستیاں بار بار اِس دُنیا میں نہیں آتیں۔ حضُور مہاراج جی لاانتہا رُوحانی طاقت کے مالک تھے۔ اُن کی رُوحانی طاقت اور رسائی کا اندازہ نہیں لگایا جاسکتا۔ اُن کی صحبت خواہ تھوڑے وقت کے لئے ہی نصیب کیوں نہ ہو نہایت فائدہ مند ہے۔ حضُور مہاراج جی اپنی رُوحانی جدوجہد میں مشغُول بچّوں کو ایک باپ کی نظر سے دیکھ رہے ہیں اور اُن کی سنبھال کر رہے ہیں۔ اُن کے مُرید آج بھی بھجن سمرن کر کے اندر جاکر اُن کا دِیدار کر سکتے ہیں۔

آپ کو کچھ پُوچھنا ہو تو میں بصد خُوشی آپ کے سوالوں کا جواب دُونگا۔ اور اِس راہ پر چلنے میں آپ کی ہر مُمکن مدد کرنے کی کوشش کرُوں گا۔

سنت، نام یا شبد کا ہُو بہُو رُوپ اور شبد مجسّم ہوتے ہیں۔ آپ اگر دُنیا یا اُس کے لگاؤ سے مُنہ موڑ کر باطن میں شبد کے ساتھ رابطہ قائم کر سکیں تو آپ کو اندر ستگوُرو کے درشن ہونگے۔ نام ذرّے ذرّے اور پتّے پتّے میں سمایا

ہُوا ہے۔ وہ آپ کے اندر بھی ہے اور آپ اپنے اندر اُس سے جُڑ سکتے ہیں۔

36

یہ جان کر خُوشی ہُوئی کہ آپ کے حالات میں کافی سُدھار ہوا ہے اور حضُور مہاراج جی کے فضل و کرم سے آپ کا راستہ کافی آسان ہو گیا ہے۔ وہ طاقت جو اندر کام کر رہی ہے، کبھی غلطی نہیں کرتی اور جو اِنسان اپنا فرض پُورا کرتے ہُوئے پیار اور بھروسے کے ساتھ مالک کی رضا میں رہتا ہے، وہ سب کچھ حاصِل کر لیتا ہے۔ بڑی خُوشی کی بات ہے کہ آپ کے خانگی حالات سُدھر گئے ہیں اور آپ کو کام مِل گیا ہے۔

آپ کو باطن میں جو مُشاہدہ ہُوا ہے۔ وہ نہایت تسلّی بخش ہے اور یہ اِس بات کا ثبُوت ہے کہ آپ کے نفس پر شیطانی طاقتوں کا اثر کم ہوتا جا رہا ہے۔

37

پران یوگ یا پرانا یام ایک مصنُوعی ذریعہ ہے۔ اِس کا مقصد حبسِ دم کے ذریعے نفس پر قابُو پانا ہے۔ مَوت کے وقت پران پیچھے رہ جاتے ہیں اور اُس کے ساتھ اُن سے وابستہ ذرائع بھی۔ یہ تو ایسے ہے جیسے کِسی دُشمن کو قیدی بنا کر سُدھارنے کی کوشِش کی جائے۔ جب تک دُشمن حراست میں ہے، اُس کا برتاؤ صحیح معلُوم ہوتا ہے۔ لیکن جیل خانہ سے باہر آتے ہی وہ پھر دُشمنی پر اُتر آئے گا۔ اِس کے عِلاوہ حبسِ دَم (پرانا یام) کی مشق سے صحت کو بھی خطرہ ہے۔ یہی وجہ ہے کہ سَنت مہاتما اِسے پسند نہیں کرتے۔ درویشانِ حق کا طریقِ عمل قُدرتی ہے۔ آپ توجہ کو تیسرے تِل (نُقطۂ سویدا) پر یکسُو کر کے سِمرن کی مدد سے من کو ساکن کرنے اور اُس پر قابُو پانے کا طریقہ سِکھاتے ہیں۔ حسبِ قاعدہ لگاتار اِس رُوحانی شغل کی بدَولت رُوح کی ترنگیں سِمٹنے لگتی ہیں۔ اور جسم، ہاتھوں،

پیروں سے شروع ہو کر اُوپر کی طرف خالی ہونا شروع ہو جاتا ہے۔ آخر کار سارا جسم بے حس (سُن) ہو جاتا ہے۔ اور رُوح اور نفس کا تمام پھیلاؤ سمٹ کر تیسرے تل پر یکسُو ہو جاتا ہے۔ یہاں پہنچ کر رُوح جب شبد دُھن کے ساتھ وابستہ ہو جاتی ہے تو نفس ہمیشہ کے لئے قابُو میں آجاتا ہے۔

بے شک یوگی لوگ بھی نہایت سنجیدگی اور نیک اِرادے کے ساتھ کوشِش کرتے ہیں لیکن اِس کا یہ مطلب نہیں کہ اُن کا اپنایا ہُوا طریقۂ عمل بھی دُرست ہے۔ زِندگی کا نصبُ العین نفس کو مُکمّل طور پر ساکن کر کے جسم کو خالی کرنا ہے۔ موت کے وقت بھی جسم خالی ہوتا ہے۔ رُوحانیت کی زبان میں اِس عمل کو 'جڑ' اور 'چیتن' کی گانٹھ کھولنا کہا جاتا ہے۔ آپ کو جو طریقہ بتایا گیا ہے، اُس کے مُطابق سمرن کرنے سے شغل کے مُکمّل ہو جانے کے بعد جسم میں کِسی قِسم کا درد نہیں ہونا چاہیئے۔ اگر درد محسُوس ہو تو ڈاکٹر سے مشورہ کریں۔[1] سنت مت کی جِتنی کِتابیں دستیاب ہو سکیں، اُن کا مُطالعہ کرنا چاہیئے۔

آپ کو دُوسرے کھوجیوں کے بارے میں پریشان نہیں ہونا چاہیئے۔ مالکِ کُل جِس نے اُن کو پیدا کیا ہے وہ خُود اُن کی سنبھال کرے گا۔ آپ کو فقط اپنی رُوحانی ترقّی کی طرف دھیان دینا چاہیئے۔ البتّہ دُوسرے سَت سنگی بھائیوں کے ساتھ میل جول رکھنے میں کوئی ہرج نہیں ہے۔ اُن کی صحبت دُوسری وِچار دھاراسے من کو محفُوظ رکھے گی۔ اپنے بھروسے کو پکّا بنائے رکھنے کے لئے سَنت مت

---

[1] سمرن (ذِکر) کے دَوران جب جسم سُن یا خالی ہونا شرُوع ہوتا ہے تو شرُوع شرُوع میں جسم میں تھوڑا بہت درد کا اِحساس ہونا قُدرتی امر ہے، جو خُود بخُود رفع ہو جاتا ہے۔ لیکن اگر شغل کے مُکمّل ہو جانے کے بعد بھی جسم کے کِسی حِصّے میں درد محسُوس ہوتا ہے تو ڈاکٹر سے مشورہ کرنا چاہیئے۔

کی کتابوں کا مُطالعہ بھی کریں۔ ہندوستان میں بھی تمام لوگ انسانی زندگی کے نصب العین سے واقف نہیں، اور مُرشدِ کامل کی تعلیم پر عمل کرنے والوں کی تعداد تو بہت ہی کم ہے۔

آپ جبراً شبد کو پکڑنے کوشش نہ کریں۔ سمرن کی مدد سے من کو یکسُو کرنے کی کوشش کریں۔ جب یکسُوئیت میں اضافہ ہوگا تو شبد دُھن اپنے آپ سُنائی دینے لگے گی۔

38

آپ بلا جھجک اپنی ترقی اور مُشکلات کے بارے میں مجھے لکھتے رہیں۔

عبادت کا تعلق ہمارے نفس سے ہے اور جب بھی اپنا دھیان باطن میں لے جائیں تو سہواً ہی رُوحانی شغل شُروع ہو جاتا ہے۔ باقاعدگی کے ساتھ وقت کی پابندی، ایکانت اور بتائی گئی مخصُوص نشست اپنانے سے یکسُوئیت میں مدد ملتی ہے۔ یہ عملی طریقے نہایت لازمی ہیں۔ کیونکہ یہ نفس کو دُوسری طرف جانے سے روکتے ہیں۔ لیکن اگر ہر روز حسبِ دستُور باقاعدگی کے ساتھ بھجن سمرن کو وقت نہ دے سکیں تو جو بھی وقت آپ نکال سکیں اور کوئی بھی نشست جو موافق حال سمجھیں اپنا کر یکسُوئیت حاصل کر سکتے ہیں۔ اسی طرح فُرصت کے وقت من کو پانچ ناموں کے سمرن میں مشغُول رکھا جا سکتا ہے۔

یہ ایک مبارک نشانی ہے کہ کبھی کبھی آپ کو ایسا لگتا ہے کہ ستگورُو آپ کے بالکل پاس ہی ہیں۔

اپنی جسمانی بیماری کی تشخیص کے لئے کسی ڈاکٹر سے ملیں اور اُس کی رائے پر عمل کریں۔

39

آپ کے جنسی مسئلے کی مُشکل کو میں نے سمجھ لیا ہے۔ آپ فوج میں

نوکری کرتے رہے ہیں اور آپ کو تکنیکی امور کا علم ہے۔ بہتر ہو گا اگر آپ تکنیکی نقطۂ نظر سے نفس اور جسم کا باہمی تعلق سمجھنے کی کوشش کریں۔ نام دان کا مقصد یہ ہے کہ شاغل اپنی توجہ اور چیتنا کو سمیٹ کر تیسرے تل (جو ہماری سوچ کا مرکز ہے) پر یکسو کرے اور باطن میں گونج رہے دلکش شبد، نغمے یا بانگِ آسمانی کو سُنے۔ جس سے وابستہ ہو کر وہ سب سے اونچے رُوحانی مقام سچ کھنڈ (مقامِ حق) میں رسائی کر سکے۔ جس جگہ یہ شبد یا نغمہ اُٹھ رہا ہے۔

جب تک نفس باہری اشیاء یا مادّی صُورتوں میں پھنسا ہُوا ہے اور حواس کی لذّات میں غلطاں ہے یہ کبھی بھی تیسرے تل (جہاں سے اصل رُوحانی سفر شرُوع ہوتا ہے) میں رسائی نہیں کر سکتا۔ حواسِ خمسہ کا غلام ہونے کے سبب نفس کی حقیقی یا اندرُونی قوّت کمزور ہوتی جاتی ہے کیونکہ اُسے اُس صُورت میں اپنی تسکین کے لئے اپنے آپ کی بجائے باہر مادّی چیزوں کا سہارا لینا پڑتا ہے۔ باہری چیزیں یا صُورتیں عارضی ہیں۔ اِس لئے اِن سے حاصِل ہونے والے سُکھ بھی عارضی ہیں۔ کبھی کبھی اِن سے گہرا صدمہ بھی پہنچتا ہے۔ لیعنی یہ دُکھ اور مایوسی کا سبب بن جاتے ہیں۔ اگر اِنسان دُنیاوی شکلوں اور سازو سامان سے مُنہ موڑ کر اپنے باطن میں ابدی سکُون کی کھوج میں لگ جائے تو اُس کی قوّتِ اِرادی اِس قدر مضبُوط ہو جاتی ہے اور وہ اِس قابل ہو جاتا ہے کہ جب چاہے اندر چلا جائے۔ اِس کیفیت میں پہنچ کر اُس کی تمام کمزوریاں دُور ہو جاتی ہیں اور وہ اپنے نفس اور حواس پر پُوری طرح قابُو پا لیتا ہے۔

جذبۂ شہوت ہمارے پانچ خطرناک دُشمنوں میں سے سب سے زیادہ طاقتور ہے اور اِس کا مُقابلہ کرنا نہایت ضرُوری ہے۔ جلتی آگ پر تیل ڈالنے سے وہ بُجھتی نہیں، بلکہ اُس میں سے اور زیادہ لپٹیں اُٹھنے لگتی ہیں۔ میرا

تو یہی مشورہ ہے کہ آپ ہوشیاری کے ساتھ مندرجہ ذیل طریقِ عمل کے ذریعے اِس جذبہ پر قابو پانے کی کوشِش کریں :

1. جذبۂ شہوت کے خطرناک اثرات پر غور فرمائیں۔
2. اپنے باطن میں اِس کے برعکس نیک اور پاک اوصاف پیدا کریں، یعنی باضابطہ پاک دامن زِندگی اپنا کر غور فرمائیں کہ یہ رُوحانی ترقّی میں کِس قدر مددگار ثابت ہو سکتی ہے۔
3. اپنے روزمرّہ کے کام کاج میں اپنے آپ کو مصروف رکھ کر۔

موزُوں حالات، ذرائع اور عُمر کی مُوافقت کے لحاظ سے آپ شادی کر کے باضابطہ شادی شُدہ زِندگی بسر کر سکتے ہیں۔

40

اَب آپ کو بھجن سمرن کا طریقہ معلُوم ہو گیا ہے۔ آپ کو چاہیئے کہ اِس کے لئے ہر روز باقاعدہ وقت دیں۔ اگر آپ ایک ہی وقت میں پُورے اڑھائی گھنٹے نہ بیٹھ سکیں تو جتنی دیر آپ آسانی سے بیٹھ سکیں بیٹھیں اور آہستہ آہستہ اپنی روزانہ کی بیٹھک کا وقت بڑھاتے جائیں۔ اگر ایک بار پُورا وقت نہ مِل پائے تو آپ دو حِصّوں میں بھی بیٹھ سکتے ہیں۔ لیکن ایک لمبی بیٹھک ہمیشہ بہتر ثابت ہوتی ہے۔ اصل مقصد تو رُوح کی دھاراؤں کو جِسم میں سے سمیٹ کر تیسرے تِل پر یکسُو کرنے کا ہے۔

نام دان کے بعد آپ کو اپنے والدین سے پہلے کی نِسبت زیادہ پریم پیار کا رویّہ اپنانا چاہیئے۔ اپنے خیالات کو اُن پر زبردستی تھوپنے کی کوشِش نہیں کرنی چاہیئے۔ بلکہ اپنے اچھے برتاؤ کی بدولت اُن کا دِل جیتنا چاہیئے۔ اگر آپ باقاعدہ اپنے رُوحانی فرائض ادا کرتے رہیں گے تو آپ کے والدین پر بھی اِس کا اثر پڑے گا۔

41

ہمیں اپنے اعمال کے بھگتان اور اپنے لین دین کا حساب چکانے کے لئے دُوسری جگھوں پر جانا پڑتا ہے۔ اِس لئے آپ ——— اِس آمدورفت سے پریشان ہونے کی بجائے اِسے اپنی زندگی کا ایک دَور خیال کریں۔ خُوشی کی بات ہے کہ اب حالات پہلے کی نسبت بہتر دکھائی دیتے ہیں۔

آپ کوئی دُوسرا مکان ڈھونڈنے کی کوشش کریں، لیکن جب تک دُوسرا مکان نہ مِلے اِسی مکان میں خُوشی سے گزارا کریں۔ کوشش کرنا ہمارا فرض ہے۔ لیکن نتیجے کے بارے میں پریشان نہیں ہونا چاہیئے۔

ضرُوری بات تو یہ ہے کہ بھجن سمرن میں کبھی ناغہ نہ کیا جائے۔ باقاعدہ بھجن سمرن کرتے ہُوئے اپنی خانگی ذِمّہ داریوں کی طرف بھی دھیان دیں۔ ستگورُو دَیا مہر کریں گے۔ اِس بات کا بھی خیال رہے کہ آپ کے رُوحانی کام میں سُستی یا ڈِھیل نہ آنے پائے۔

42

مجھے آپ کے مالی اور دِیگر مُشکلات کے بارے میں پڑھ کر افسوس ہُوا ہے۔ لیکن یہ بات آپ اچھی طرح سمجھ لیں کہ اگر آپ ست سنگی ہونے کے ناطے اپنے کِئے گئے وعدوں پر ثابت قدم رہیں گے، اور مُستقِل مزاجی کے ساتھ صحیح ڈھنگ سے بھجن سمرن کرتے رہیں گے تو کالا جادُو آپ پر ہرگز اثرانداز نہیں ہوسکے گا۔ فقط وہی لوگ جن کی قوّتِ اِرادی کمزور ہوتی ہے، اِس سے مُتاثر ہوتے ہیں۔ ست سنگی تو ایک طرف، مضبُوط اِرادے والے غیر ست سنگیوں پر بھی کالے جادُو کا کوئی اثر نہیں ہوسکتا۔

زندگی میں مُشکلات، مایُوسیاں اور ناکامیاں بھی پیش آتی ہیں لیکن مُرشد پر مُکمّل بھروسے اور پُختہ دِلی سے اُن کا سامنا کرنا چاہیئے۔ آپ کو

سِکھایا گیا ہے کہ کِس طرح باقاعدگی کے ساتھ پانچ ناموں کا سمرن کرتے ہُوئے اِن مُشکلات اور پریشانیوں سے اُوپر اُٹھنا ہے۔ اِسی طرح جب کبھی آپ کو بُرے اثرات کا اندیشہ ہو تو اُس کے بارے میں سوچنے کی بجائے مُرشد اور نام کی طرف دھیان دینا چاہیئے۔ اور نام دان کی بخشِش کے وقت بتائے گئے پانچ ناموں کا سمرن کرتے ہُوئے خیال کو تیسرے تِل پر لے جانے کی کوشِش کرنی چاہیئے۔

جہاں تک آپ کے اپنی بیوی کے ساتھ تعلقات کا سوال ہے، میرا تو یہی مشورہ ہے کہ آپ حوصلے اور صبر سے اُس کے ساتھ رہیں۔ آپ پیار، تحمُّل اور بُردباری سے تو شاید اُس کا رویّہ بدلنے میں کامیاب ہو جائیں، لیکن غُصّہ، لڑائی، جھگڑے اور چڑچڑے پن سے تو بالکل نہیں۔ آپ کی بیوی اور دُوسرے لوگ اگر آپ کے عقیدے کی نُکتہ چینی کرتے ہیں تو آپ کو ناراض نہیں ہونا چاہیئے۔ کیوں کہ وہ حقیقت سے بے خبر ہیں۔ مگر آپ تو سچّائی سے واقف ہیں۔ اگر آپ کے اپنی بیوی کے ساتھ تعلقات خُوشگوار ہو جاتے ہیں تو اِس سے آپ کو صرف سُکھ ہی حاصِل نہیں ہو گا بلکہ ــــــــــــ

باطِن میں مُرشد سے درخواست کریں اور پھر اُس کی مِہر اور اپنے پُراُمید دِل سے حالات کو سُلجھانے کی کوشِش کریں۔ یاد رکھیں کہ سب مسئلے بحث مباحثے سے حل نہیں ہو سکتے۔ دلیل بازی کی بجائے برداشت، تحمّل اور باہمی میل جول کا رویّہ زیادہ فائدہ مند ہوتا ہے۔

43

یہ سچ ہے کہ دُنیا میں کوئی بھی سُکھی نہیں ہے۔ ہم تھوڑی دیر کے لئے ہی راحت محسُوس کرتے ہیں۔ پھر جلدی ہی اُکتا جاتے ہیں۔ اور سُکھ کی تلاش میں کِسی دُوسری چیز کے پیچھے بھاگنے لگتے ہیں۔ لیکن نتیجہ وہی ہوتا ہے۔ سچّا سُکھ اندر نام سے وابستہ ہونے میں ہے۔ کیونکہ حقیقی رُوحانی طبقات یعنی نام

کے منڈلوں میں کوئی تغیّر و تبدّل نہیں ہوتا۔ یہ مادّی دُنیا فنا پذیر اور زوال آمیز ہے۔ لیکن وہ رُوحانی دُنیا دائمی سُکھ اور سکوُن کا گھر ہے۔ وہاں پہنچنے کا راستہ آپ کے اندر ہے۔

رُوح کی دھارا کو جو جسم کے روم روم میں پھیلی ہُوئی ہے۔ پانچ مُقدّس ناموں کے سمرن کے ذریعے تیسرے تِل کے مقام پر لاکر آپ کو وہاں شبد دُھن کو پکڑنا ہے۔ اگر آپ صِدق دِلی سے اِس شغل میں محو ہو جائیں گے تو آپ کو دُوسرے کاموں کے لئے زیادہ وقت نہیں مِل پائے گا اور شہوانی لذّات کی خواہش اپنے آپ غائب ہو جائے گی۔ آپ کئی طریقے آزما چکے ہیں۔ اب آپ اِس طریقے پر بھی عمل کر کے دیکھیں کہ کیا نتیجہ نکلتا ہے۔

44

آپ کو اور خصوصاً رادھا سوامی مت کے پیرو کاروں کو میری یہی ہدایت ہے کہ آپ کو اپنے دِل سے ہر طرح کا وہم اور شُبہ نکال دینا چاہیئے۔ آپ اِس بات کو اچھّی طرح سمجھ لیں کہ اِس دُنیا میں ہماری تمام تکلیفیں اور پریشانیاں ہمارے موجُودہ اور گزشتہ جنموں کے اعمال کی وجہ سے ہی ہیں۔ کوئی بھی شخص ہمیں کِسی طرح نام نہاد جادُو ٹونے سے نُقصان نہیں پہنچا سکتا۔ ست سنگیوں کی قُوّت اِرادی مضبُوط ہونی چاہیئے اور اِس بات کا پُختہ یقین ہونا چاہیئے کہ کِسی دُوسرے شخص کے بُرے اثرات اُن کے دُکھ کا سبب نہیں بن سکتے۔

ہر شخص کو اپنے اعمال کا حِساب چُکانا پڑتا ہے۔ خاوِند کے بُرے اعمال کے لئے اُس کی بیوی جواب دِہ نہیں ہے۔ اور نہ ہی بیوی کے بُرے اعمال کی ذِمّہ داری اُس کے خاوِند پر عائد ہوتی ہے۔ اپنے اعمال کی جزا اور سزا کا ذِمّہ دار ہر اِنسان خُود ہوتا ہے۔ اگر کوئی شخص پھل، سبزیاں یا نباتاتی خُوراک

کے اصول کی خلاف ورزی کرتا ہے تو اُس کی سزا اُسے خود بھگتنی پڑے گی۔ رادھا سوامی فلسفہ میں فقط زبانی جمع خرچ یا دِکھاوے کے لئے نباتاتی خوراک پر بسر اوقات کی ہدایت نہیں دی جاتی۔ سنت مت کی تعلیم میں ہر ست سنگی اور غیر ست سنگی کو اچھی طرح خبردار کیا جاتا ہے کہ گوشت اور شراب وغیرہ استعمال کرنے والوں کو اِس کی سزا بھگتنی پڑے گی۔ جو لوگ اِس چیتاونی کی پرواہ نہیں کرتے وہ اپنا کیا پائیں گے۔

45

مجھے خوشی ہے کہ اب آپ کے حالات پہلے سے بہتر ہیں۔ اگر ہم اپنا فرض ایمانداری سے نبھائیں تو اندر سے مدد ضرور ملتی ہے۔ سچ تو یہ ہے کہ اُس کی دَیا مہر کا ہاتھ ہمیشہ ہمارے سر پر رہتا ہے۔ لیکن جب تک ہماری باطن میں رسائی نہیں ہوتی، ہمیں نہ تو اُس کا احساس ہی ہو سکتا ہے اور نہ ہی مشاہدہ۔ اندر جا کر ہی یہ پتہ لگتا ہے کہ ہمارے تمام شکوک رفع ہو رہے ہیں۔ اگر آپ بھجن سمرن کو پورا وقت دیں تو مجھے بہت خوشی ہو گی۔ حالات کے مطابق اپنے دُنیاوی کاروبار کی طرف بھی توجہ دیں۔ لیکن اپنی زندگی کے سب سے اعلیٰ فرض کی ادائیگی کے لئے بھی وقت نکالیں۔ چوبیس گھنٹوں میں فقط اڑھائی گھنٹے بھجن سمرن کے لئے وقف کرنے کی ہدایت کی گئی ہے۔ اگر حالات موافق نہ ہوں اور ایک نشست (بیٹھک) میں اڑھائی گھنٹے نہ دے سکیں تو ہمیں دو تین بیٹھکوں میں اِسے پورا کرنے کی چھوٹ ہے۔

ہماری زندگی کا اصل مقصد یہ ہے کہ ہم اپنی سُرت کو تیسرے تِل پر ٹھہرا کر اندر اسے نام دُھن کے ساتھ جوڑ کر اعلیٰ درجے کے انسان بن جائیں۔ لیکن ساتھ ساتھ ہمیں اپنے دُنیاوی فرائض اور ذمہ داریوں سے بھی غافل نہیں ہونا چاہیئے۔ ہمیں چاہیئے کہ ہم اپنی سوجھ بوجھ کے مطابق کوئی مناسب پیشہ اختیار کریں

اور اپنی بسر اوقات کے لئے ایمان داری کی روزی کمائیں۔ بھجن سمرن کی زندگی کا مطلب سستی، کاہلی یا بے قاعدہ زندگی نہیں ہے۔ ہمیں روحانی اور دنیاوی فرائض کی ادائیگی میں مستقل مزاجی سے کام لینا ہے۔

46

آپ کی زبردست خواہش ہے کہ آپ کے ملک میں رادھا سوامی تعلیم کا خوب پرچار ہو۔ آپ کا یہ اعلےٰ خیال آپ کے گزشتہ جنموں کے نیک اعمال اور سنسکاروں کا نتیجہ ہے۔ آپ کی خواہش ہے کہ آپ کے ہم وطن بھی اچھی چیزوں میں حصہ دار بنیں۔ لیکن یہ سب کچھ آپ کے وطن کے لوگوں کے گزشتہ اعمال اور اُس خداوندکریم کے فضل وکرم پر منحصر ہے۔ ایسا نہیں کہ یہ بات ناممکن ہے۔ ایسے خیالات نفس (من) کو پاک صاف کرتے ہیں۔

جسمانی طور پر آپ کا یہاں (ڈیرے) آنا ممکن نہ بھی ہو سکے، تو پانچ مقدس ناموں کے سمرن اور شبد دھن کے شغل کے ذریعے آپ دماغی اور روحانی طور پر ضرور یہاں پہنچ سکتے ہیں۔ شبد دھن اِس کائینات کے ذرّے ذرّے اور پتّے پتّے میں ہر جگہ موجود ہے۔ اور عشقِ الٰہی سے بھرپور دِلوں کی دھڑکن کو سُنتی ہے۔ جو لوگ اِس کے ساتھ وابستہ ہو جاتے ہیں اُنہیں ہمیشہ اِس کی موجودگی کا مکمل اِحساس رہتا ہے۔ اپنے آپ کو اِس کے ساتھ جوڑنا ریڈیو کی سوئی کو درست نقطے پر لگانے کے برابر ہے۔

47

کاروبار اور زندگی کے بیشتر شعبوں میں اُتار چڑھاؤ آنا قدرتی امر ہے۔ لیکن فکر کرنے سے کبھی کسی کو کچھ حاصل نہیں ہوا۔ ہر ایک مسئلے کو اپنے ذاتی تجربے، دُنیاوی سوجھ بوجھ، پیار اور بھروسے سے سُلجھانا بہتر ہوتا ہے۔

بلاغرض کسی کی اِمداد کرنا اچھی بات ہے۔ لیکن بھلائی کا کام کر کے اُس

کو جتانا نہیں چاہیئے۔ ایسی امداد بھی ایک خاص حد تک ہی جائز ہے، جو ہمارے دل و دماغ پر بوجھ نہ بنے۔ آپ سماجی فرائض اور دیگر ذمہ داریاں نبھاتے ہوئے اپنے بھجن سمرن کے اصلی کام کو ہرگز نظر انداز نہ کریں۔ مُراد کسی کی مدد کرتے ہوئے خود کسی بندھن میں نہ پھنس جائیں۔ ہر کام کا مناسب یا نامناسب ہونا آپ کے اپنے آپ سے اِس سوال پر منحصر ہونا چاہیئے کہ "کیا یہ کام میرے بھجن سمرن میں رکاوٹ تو نہیں ڈالتا ؟" اگر کوئی کام بھجن سمرن میں رُکاوٹ بنتا ہو تو اُسے فوراً چھوڑ دینا چاہیئے۔

بھجن پر بیٹھنے سے پیشتر اپنے من میں سے تمام خیالات باہر نکال کر پیار اور بھروسے کے ساتھ پانچ مقدّس ناموں کا سمرن کریں۔ اگر کاروباری سلسلے یا دیگر دُنیاوی خیالات اِس رُوحانی شغل میں دخل انداز ہوتے ہیں تو چُپ چاپ مگر مستقل مزاجی سے اپنے آپ کو سمجھائیں کہ اِن سب امُور پر توجہ دیں گے، لیکن ابھی نہیں۔

48

یہ اچھی بات ہے کہ آپ نے ستگورُو سے ملی مدد کے لئے شکریہ کا اِظہار کیا ہے۔ وہ جو مُناسِب سمجھتے ہیں کرتے ہیں۔ اگر ہم اپنا فرض نبھائیں تو وہ اپنا فرض کیوں نہیں پُورا کریں گے؟ ہمیں پیار اور بھروسے کے ساتھ آگے بڑھنا چاہیئے اور ہمیشہ خبردار رہنا چاہیئے کہ ہم مُرشد کے حُکم کی خلاف ورزی نہ کریں۔ مُرشد کے فضل و کرم کے لئے اُن کا احسان مند ہونے کا سب سے بہترین طریقہ یہ ہے کہ ہم اپنے بھجن سمرن کو زیادہ سے زیادہ وقت دیں تاکہ ہم باطن میں نام کے ساتھ وابستہ ہو کر خُود ذاتی طَور پر ہر چیز کا مُشاہدہ کر سکیں۔

49

مجھے یہ جان کر خُوشی ہوئی ہے کہ آپ نام دان کی بخشش کو عظیم

دات سمجھتے ہیں اور بھجن سمرن کو متواتر باقاعدگی کے ساتھ پورا وقت دے رہے ہیں۔ اُن خوش نصیب لوگوں کو چھوڑ کر جو گزشتہ جنم میں اِس راہ پر چلتے رہے ہیں، باقی سب اِس پر آہستہ آہستہ ترقی کرتے ہیں۔ آپ جلدی کامیابی کی امید نہ رکھیں " سہج پکے سو میٹھا ہوئے " اِس کے عِلاوہ جو شَے آہستہ آہستہ محنت سے حاصِل ہوتی ہے وہ پائیدار ہوتی ہے۔ آپ جس قدر زیادہ محنت کریں گے، آپ کا کام اُتنا ہی آسان ہوتا جائے گا۔ فقط آپ کا ہی نہیں، آپ کی بیوی کا بھی۔

50

درحقیقت اِنسان نام کی اہمیت کو تبھی سمجھ سکتا ہے جب وہ جسم کو خالی کر کے اندر نام سے وابستہ ہو جائے۔

اگر آپ مناسب سمجھیں تو بلاشک اپنی رہائش گاہ بدل لیں۔ خوراک کے بارے میں فقط اِتنا ہی کہنا کافی ہے کہ وہ زود ہضم اور شاکاہاری ہو۔

اگر آپ کو کچی سبزیاں موافق آتی ہوں اور آسانی سے ہضم ہو جاتی ہوں تو آپ وہ بھی لے سکتے ہیں۔ ضروری بات تو یہ ہے کہ اپنی رُوح کو تیسرے تل پر یکسو کرنا ہے۔ یہ کام ایک دِن میں تو ہو نہیں سکتا۔ لیکن باقاعدہ مشق کرنے سے ہر کام آسان ہو جاتا ہے۔ بھجن سمرن سے نیک اوصاف از خود پیدا ہو جائیں گے۔

51

مجھے آپ کی لمبی بیماری کے بارے میں پڑھ کر بہت افسوس ہوا جیسا کہ آپ خود ہی محسوس کر رہے ہیں، اِس بیماری سے آپ کے اعمال کا بوجھ ہلکا ہو رہا ہے۔ لیکن اِس کا یہ مطلب نہیں کہ آپ عِلاج نہ کریں۔ بلکہ بیماری کا مقابلہ کرنے اور اُس سے چھٹکارا پا کر صحت یاب ہونے کے لئے ہر ممکن کوشش

کرتے ہُوئے نتیجہ ستگورُو کی رضا پر چھوڑ دینا چاہیئے۔ بلاشک جسمانی درد نہایت تکلیف دِہ ہوتا ہے۔ لیکن سِمرن کے شغل کے ذریعے تِیسرے تِل پر توجہ کی یکسُوئیت کی بدولت کافی حدتک دَرد کا احساس نہیں ہوتا۔

خراد کی مَشین پر کام کرتے ہُوئے بھی آپ پانچ ناموں کا سِمرن کر سکتے ہَیں۔لیکن محتاط رہیں کہ آپ کی آواز دُوسرے نہ سُن سکیں۔

آپ نے پُوچھا ہَے کہ دوستوں کے رُوحانی مدد مانگنے پر کیا کرنا چاہیئے؟ سَت سنگیوں کو چاہیئے کہ دوستوں سے محبّت اور ہمدردی کا رویّہ اپنائیں۔اُن کی حوصلہ افزائی کریں۔ یہ بھی کوئی معمُولی بات نہیں ہَے۔ لیکن اِس حدتک نہیں کہ اپنی رُوحانی قوّت سے مرِیضوں کی بیماریاں دُور کرنے کی کوشِش میں لگ جائیں۔کیونکہ ایک تو فی الحال آپ خُود اِس شغل میں اِتنی ترقّی نہیں کر پائے اور دُوسرے جو تھوڑی بہُت رُوحانیت حاصِل ہُوئی ہے اُس سے بھی آپ ہاتھ دھو بیٹھیں گے۔آپ اُنہیں رُوحانیت کی اصلیّت اور اُس کے سرُور کے بارے میں بتا سکتے ہَیں۔جہاں تک مُمکن ہو آپ اُن کی جسمانی خِدمت بھی کر سکتے ہیں۔

مَیں آپ کے پیار اور جذبۂ عقیدت کی قدر کرتا ہُوں اور چاہتا ہُوں کہ آپ اپنے اندر رسائی کرنے اور مُرشد کے دِیدار سے لُطف اندوز ہونے کیلئے اِن نیک اَوصاف کا فائدہ اُٹھائیں۔

52

جب توجہ مُکمل طور پر یکسُو ہوجائے گی تو شبد دُھن ازخُود ظاہر ہوجائے گی۔ شبد رُوح کو اُوپر کھینچنے کا کام کرتا ہے۔جس طرح مِقناطیس اپنے مِقناطیسی دائرے سے باہر پڑے لوہے کے ٹکڑے کو اپنی طرف کھینچ نہیں سکتا اُسی طرح جب تک سِمرن کی مدد سے رُوح کو تِیسرے تِل (نُقطۂ سویدا) پر نہ

لے جائیں شبد اُسے اپنی جانب کھینچ نہیں سکتا۔ سمرن من میں یکسوئیت اور ٹھہراؤ پیدا کرنے کا کام کرتا ہے۔ سمرن توجہ کو تیسرے تِل پر ٹکا کر کرنا چاہیئے۔ دُوسرے لفظوں میں آنکھیں بند کرنے پر اندر جو اندھیرا دِکھائی دیتا ہے، اُس میں دھیان جما کر سمرن کرنا چاہیئے۔ لیکن آنکھوں پر کِسی قِسم کا دباؤ نہیں ڈالنا چاہیئے۔ شغل کے آغاز میں سمرن کی بجائے شبد دُھن کو سُننے کی کوشش کرنا، گاڑی کو گھوڑے کے آگے لگانے کے برابر ہے۔

ہمارا رُوحانی سفر پیروں کے تلووں سے شرُوع ہو کر سر کی چوٹی پر مُکمّل ہوتا ہے۔ آنکھوں تک سفر سمرن کے ذریعے طے کیا جاتا ہے اور اُس سے اُوپر سر کی چوٹی تک پانچویں منزِل میں شبد دُھن کی مدد سے پہنچا جاتا ہے۔ اِس لئے جب تک ہماری توجہ تیسرے تِل سے نیچے جسم کے نِچلے حِصّے میں ہے، ہم شبد مارگ پر چل نہیں سکتے۔

رُوحانی شغل کا یہی ایک قدرتی طریقہ ہے۔ گو اِسے اپنانے سے ترقّی آہستہ آہستہ ہوتی ہے۔ من جُگوں جُگانتروں سے باہر بھٹکتا رہا ہے۔ اِس لئے اُسے ساکن کرنے کے لئے برسوں کی محنت اور ریاضت درکار ہے۔ سمرن ایک اڑیل گھوڑے کو لگام ڈالنے جیسی بات ہے۔ اِس لئے یہ ہرگز نہیں سوچنا چاہیئے کہ سمرن میں صَرف کیا گیا وقت برباد ہو رہا ہے۔

آپ کا کہنا ٹھیک ہے کہ جِس شئے یا اِنسان کو کبھی نہ دیکھا ہو، اُس کو اپنے تصور میں لانا نامُمکن ہے۔ اِس لئے آپ بلاشک مُرشد کی صُورت کا تصوّر نہ کریں۔ اِس کی بجائے سمرن کے دَوران باطن میں اندھیرے میں اپنی توجہ کو مرکوز کرنے کی کوشش کریں۔

بے شک یہ دُنیا ایسے لوگوں سے بھری پڑی ہے جنہیں دُوسروں کے جذبات کا کوئی پاس نہیں۔ اپنے چاروں طرف رنج و الم، دُکھوں اور مُصیبتوں

کے مناظر دیکھ کر دِل کو ٹھیس ضرور پہنچتی ہے، لیکن جب آپ کی یکسوئیت مکمل ہوجائے گی تو آپ پر اِن حالات کا کوئی اثر نہیں ہوگا۔ میرا آپ سے یہی مشورہ ہے کہ آپ سمرن پر زور دیں اور نتائج کے لئے بے تاب نہ ہوں۔

"سہج پکے سو میٹھا ہوئے"

53

رُوح کو شبد کے ساتھ وابستہ کرنے کے لئے اِسے جسم میں سے سمیٹ کر تیسرے تِل پر ساکن کرنا رُوحانی شغل کا بُنیادی اصُول ہے۔ قدرتی طور پر یہ کام مدھم رفتار سے ہوتا ہے، لیکن جب یہ مکمل ہوجاتا ہے تو اِس کا نتیجہ نہایت اعلےٰ ہوتا ہے۔

عادتاً باہر بھٹکنے کی وجہ سے من کی یکسوئیت بہت آہستہ آہستہ ہوتی ہے۔ اِس کے عِلاوہ بھجن کے دَوران جُگوں جُگانتروں سے اوچیتن (SUBCONSCIOUS) من پر نقش تاثرات (سنسکار) اُبھرنے لگتے ہیں۔ اِس کا ایک ہی علاج ہے — پانچ نام کا سمرن۔ سمرن سے آہستہ آہستہ تمام مشکلات دُور ہوجائیں گی۔ سمرن آپ کو تیسرے تِل میں بھی پہنچا دے گا۔ سمرن باقاعدگی سے کریں اور اِس شغل کو زیادہ سے زیادہ وقت دیں۔

54

آپ کے خط سے آپ کے مسائل اور باطن میں حاصِل شُدہ مُشاہدوں کا عِلم ہُوا۔ باطن میں ذاتی مُشاہدات پر مبنی اعتقاد جیسی اور کوئی نعمت نہیں ہے۔ لیکن جب تک سمرن کی مدد سے رُوح کو اُوپر لے جاکر تیسرے تِل پر یکسو نہیں کرتے، پکا یقین اور تسلّی مُمکن نہیں۔ اور ایسی حالت میں وہم پیدا ہوسکتا ہے۔

آپ اپنی خانگی ذِمہ داریوں کو نظر انداز نہیں کرسکتے۔ لیکن اِنہیں اپنا فرض سمجھ کر نپٹانے کی عادت ڈالیں اور ساتھ ہی اپنے رُوحانی شغل کے لئے

وقت نکالیں۔ جیسے جیسے بھجن سمرن کو زیادہ وقت دیں گے، مشکلات کا سامنا کرنا آسان ہو جائے گا اور شغل میں بھی لطف آئے گا۔

55

آپ کا مسئلہ جسمانی بھی ہے اور دماغی بھی۔ خواہ یہ دونوں پہلو ایک دوسرے پر اثر انداز ہوتے ہیں، تاہم جسمانی مسئلے کا حل آسان ہے۔ گو اعلیٰ قسم کی غذا آپ کی تندرستی اور صحت کے لئے مفید ثابت ہو سکتی ہے، لیکن فکر کرنے سے تو کچھ بھی حاصل نہیں ہوتا۔ فکر مندی سے نہ تو کبھی کسی کا کچھ بنا ہے اور نہ ہی بن سکتا ہے۔

آپ اِس بات کی پرواہ نہ کریں کہ دوسرے لوگوں کا رویہ ٹھیک نہیں ہے۔ آپ اِس طرف توجہ نہ دیں۔ اپنا فرض ادا کرتے رہیں۔ اِس سے آپ کا دلی سکون برقرار رہے گا۔ دوسروں کی نسبت آپ کا نیک اور محبت آمیز جذبہ بالکل صحیح ہے۔ کیونکہ جس نظر سے ہم کسی شے کو دیکھتے ہیں، اُسی طرح ہم اُس سے متاثر ہوتے ہیں۔ جو بویا ہے وہی کاٹنا ہے۔ اِس لئے اگر آپ اپنے اِرد گِرد نیکی اور ہمدردی کا بیج بوئیں گے تو آپ کو اُس سے کئی گُنا زیادہ فائدہ ہو گا۔

ہم سب کو حقیقت (پرماتما، کُل مالک) کی تلاش ہے۔ لیکن باہر اُس کو پا سکنا ناممکن ہے۔ اپنے باطن میں ہی سچّائی کی کھوج کرنی چاہیئے۔ اور جب وہ حقیقت اندر دکھائی دینے لگے گی تو باہر کوئی بھی جگہ اُس سے خالی نظر نہیں آئے گی۔ آپ کو اپنے اندر اِس حقیقت کی کھوج کرنے کی تعلیم دی گئی ہے اور اندر جانے کا عملی طریقہ بھی سمجھایا گیا ہے۔ اگر آپ لگاتار اِس راہ پر چلیں گے تو آپ کو روحانی ترقّی حاصل ہو گی اور آپ دُنیا کے جھمیلوں سے بے نیاز ہوتے چلے جائیں گے۔ روحانی ترقّی کا معیار یہ ہے کہ آپ اپنے جسم کو

کِس حدتک خالی کر سکتے ہیں یعنی اپنی رُوح کے سمٹاؤ سے آپ کا جسم کہاں تک بے حس (سُن) ہوجاتا ہے۔ حقیر دُنیا سے اُوپر اُٹھنے اور رُوحانی ترقی کرنے کا بس یہی ایک واحد راستہ ہے۔

56

جب ہم فِکر مند ہوتے ہیں تو یکسوئیت حاصل کرنا مُشکل ہوجاتا ہے کیونکہ ایسی حالت میں توجہ تیسرے تِل کی طرف جانے کی بجائے دِل کے مرکز پر اٹکی رہتی ہے۔ مُشکلات کا سامنا کرنے کے لئے مُناسب قدم اُٹھانے چاہیئں اور پھر فِکر نہیں کرنا چاہیئے۔ باقی سب کچُھ ستگورُو کی رضا پر چھوڑ دینا چاہیئے، وہ جو چاہیں کریں۔ جب آپ بھجن میں بیٹھیں کم از کم اُس وقت تو اپنے دماغ سے تمام فِکر اور پریشانیوں کو دُور کر دیں، اور اپنی توجہ کو پُوری طرح تیسرے تِل پر ٹِکا کر پانچ مُقدّس ناموں کا سمرن جاری رکھیں۔ اُس وقت رُوح کے سمٹاؤ یا اپنی رُوحانی ترقّی کے بارے میں بھی نہ سوچیں۔ کچُھ دیر ایسا کرنے سے آپ کو باقی کام کاج بھی خُوش اسلوُبی سے کرنے میں مدد مِلے گی۔

یہ سوچ کر کہ نہ جانے کیا ہوجائے گا، آپ رنجیدہ اور غمزدہ رہتے ہیں۔ آپ ایسا سوچتے ہی کیوں ہیں کہ آپ اپنا دِماغی توازن کھو بیٹھیں گے؟ ایسے غلط اور نُقصان دِہ خیالات آپ کے دِماغ میں آئیں ہی کیوں؟ آپ کو بتائے گئے رُوحانی شغل میں ایسی کوئی بات نہیں ہے جس سے کوئی ایسی صُورتِ حال پیدا ہوسکے۔ بلکہ اِس شغل کی بدولت آپ کو فائدہ ہی ہوگا۔ آپ بھجن سمرن کے لئے زیادہ سے زیادہ وقت دیں اور نتیجہ کے لئے جلدی نہ کریں۔ اِس شغل سے آپ کو طاقت اور سکوُن مِلے گا۔

آپ نے پُوچھا ہے کہ مُرشد سے محبّت کیسے کی جائے؟ سُرت کو تیسرے تِل پر رکھ کر اِس طرح سمرن میں مشغُول ہوجانا چاہیئے کہ کوئی دُوسرا خیال

تک بھی دماغ میں نہ آنے پائے۔ جب آپ مُرشد پر مکمل بھروسہ کر کے اِس راستے پر چلیں گے تو پیار اپنے آپ ہی پیدا ہو جائے گا۔ گورُو سے پیار بڑھانے کا ایک طریقہ یہ ہے کہ حسبِ توفیق اپنی سمجھ بوجھ کا پُورا استعمال کرتے ہوئے مُرشد پر بھروسہ رکھیں اور اُس کی مَوج میں رہیں۔

شادی کے بارے میں ست سنگیوں پر کوئی پابندی نہیں ہے۔ البتہ اُنہیں جنسی خواہشات میں غلطان نہیں ہونا چاہیئے اور بھجن سمرن میں لاپرواہی نہیں کرنی چاہیئے۔

57

رُوح کی اُڑان اِتنی تیز ہے کہ اگر ایک بار باطن میں مُرشد سے رابطہ قائم ہو جائے تو آپ کو فوراً ہی اپنے سوال کا جواب مِل جائے گا۔

زِندگی کی کامیابی یا ناکامیابی کی نسبت دُنیادار لوگوں کی رائے بالکل غلط اور گمراہ کُن ہوتی ہے۔ اُن کی زِندگی کا مقصد فقط دُنیا کے عارضی سُکھوں اور مفاد تک ہی محدُود ہوتا ہے۔ وہ اِنسانی زِندگی کی قدروقیمت اور اُس کے نصبُ العین کو نہیں سمجھ پاتے۔ ہمیں اُن کی رائے پر کوئی توجہ نہیں دینی چاہیے۔ وہ نہیں جانتے کہ باطن میں مُرشد یا شبد دُھن کے ساتھ رابطہ قائم کرنا ہی اِنسانی زِندگی کا اصل مقصد ہے، تاکہ ہمیں زِندگی اور مَوت کے اِس چکر سے ہمیشہ کے لئے نجات مِل جائے، جس میں ہم روزِ ازل سے پھنسے ہوئے ہیں۔

جو لوگ اِس بات کو نہیں سمجھتے کہ مَوت کے وقت اِن سب سازوسامان اور صُورتوں کو جن کے ساتھ وہ لگاؤ رکھتے ہیں یہیں چھوڑ جانا ہے، اور پھر شاید کئی جُگوں تک اُنہیں اِنسانی قالِب نہ مِل پائے، وہ بہت نقصان اُٹھاتے ہیں۔ مُبارک ہیں وہ لوگ جو اِس حقیقت سے واقف ہو چکے ہیں۔ زِندگی میں

ناکامیوں اور مایوسیوں کے باوجود بھی اگر یہ بات سمجھ میں آجائے تو اِسی میں بھلائی ہے۔ دُنیاوی کامیابیوں کی نسبت وہ ناکامیاں کہیں بہتر ہیں جو ہمیں اِس سچائی کی تعلیم دیتی ہیں۔

جنسی خواہش کا مقصد فقط اولاد پیدا کرنا ہے۔ یہ قُدرتی قانُون ہے اور اگر اِس خیال سے اِسکا اِستعمال کیا جائے تو اِس میں کوئی گُناہ نہیں ہے۔ اِس کا دُوسرا مقصد اپنی خانگی زندگی کے ماحول کو آپسی پیار سے خُوشگوار بنانا ہے۔ البتّہ ہوس پروری کے لئے اِس کا اِستعمال فقط عیّاشی ہے۔ ہمیں اِس سے گُریز کرنا چاہیئے۔ کیونکہ اِس سے عِبادت اور یکسوئیت میں رُکاوٹ آتی ہے۔ رُوحانی شغل میں رُکاوٹ ڈالنے والی ہر شے گُناہ ہے۔ سنتوں مہاتماؤں نے اچھائی اور بُرائی کے درمیان فقط یہی فرق رکھا ہے۔

شہوانی ہوس کو قابُو میں رکھنے کا اصلی طریقہ یہ ہے کہ سُرت کی دھاراؤں کو تیسرے تِل پر یکسُو کر کے اندر شبد دُھن کے ساتھ جوڑ دیا جائے۔ شبد دُھن کے ساتھ وابستگی کے ذریعے شہوانی جذبات قابُو میں آجاتے ہیں۔ جنسی خواہش پر فتح پانے کا یہی ایک قدرتی طریقہ ہے۔

خواب اُس وقت آتے ہیں جب توجہ آنکھ کے مرکز یعنی تیسرے تِل سے گِر کر کنٹھ چکر (گلے کے مقام) میں آجاتی ہے۔ تیسرا تِل مُکمّل ہوش وحواس کا مرکز ہے۔ جیسے جیسے ہم نیچے اُترتے آتے ہیں ہماری قُوّتِ شعوری (چیتنا) کم ہوتی جاتی ہے۔ حتّیٰ کہ نابھی چکر میں آکر پُوری طرح ختم ہوجاتی ہے۔ اُس وقت ہم گہری نیند میں ہوتے ہیں اور مُکمّل طور پر بے ہوشی کی کیفیت طاری ہوتی ہے۔ خواب ہمارے دِن بھر کے اعمال اور سوچ وِچار کا نتیجہ ہوتے ہیں۔ بعض اَوقات سنت ستگورُو خواب کے ذریعے اپنے مُریدوں کے اعمال کا بُھگتان کروا دیتے ہیں۔ جن لوگوں کو شبد دُھن سُننے میں مہارت حاصِل ہو

ہو جاتی ہے وہ اپنی رُوح کو نیند کی حالت میں بھی تیسرے تِل سے نیچے نہیں گرنے دیتے۔ وہ نیند میں بھی اپنی رُوح کو بالائی طبقات میں رکھتے ہوئے باطن میں مُکمّل طور پر باہوش ہوتے ہیں۔

58

ہمارا رُوحانی سفر پیروں کے تلووں سے شروع ہوکر سر کی چوٹی پر جاکر ختم ہوتا ہے۔ اِسے دو حصّوں میں تقسیم کیا جاسکتا ہے۔ پہلے میں رُوح کو جِسم سے سمیٹ کر تیسرے تِل پر لانا ہوتا ہے۔ اِس سے مُکمّل یکسوئیت حاصِل ہوجاتی ہے۔ اِس کا مقصد رُوح کو جِسم سے الگ کرنا اور جڑ چیتن کی گانٹھ کا کھولنا ہوتا ہے۔ یہ کام پانچ نام کے سِمرن کے ذریعے انجام دِیا جاتا ہے جو نہایت آسان اور یقیناً صحیح طریقہ ہے۔ دُوسرا حِصّہ تیسرے تِل سے اُوپر کا سفر ہے۔ یہ سفر شبد دُھن کو پکڑ کر طے کِیا جاتا ہے۔ شبد دُھن ہمارے سب کے اندر گُونج رہی ہے اور یہ ہمیں ابدی مقام پر لے جاتی ہے۔

شُروع شُروع میں اِس رُوحانی شغل کا پہلا حصّہ کچھ مُشکل اور محنشک سا محسُوس ہوتا ہے۔ لیکن جب رُوح کے سِمٹاؤ کا مُشاہدہ ہونے لگتا ہے تو یہ نہایت خُوشگوار اور لُطف اندوز ہوجاتا ہے۔

59

دُوسروں کی مدد کرنے کا سب سے بہترین طریقہ اپنی زِندگی کو پاک وصاف رکھنا، اعلیٰ اخلاق کی مِثال پیش کرنا اور یکسوئیت حاصِل کرنے کے لئے کڑی محنت کرنا ہے۔ جب کِسی رُوح کا وقت آتا ہے تو ستگُورُو خُود ہی اُسے اپنے پاس بُلانے کا بندوبست کرلیتے ہیں۔ اِس کے لئے کِسی پرچار کی ضرُورت نہیں ہوتی۔ اگر کوئی شخص سنت مت (فقرائے کامِل کی تعلیم) میں خاص دِلچسپی رکھتا ہو تو آپ اُسے کچھ اِشارہ دے سکتے ہیں۔ ورنہ آپ اپنے راستے پر چلتے رہیں،

اور اُسے اپنے راستے پر چلنے دیں۔

ہاں پانچ ناموں کے بارے میں آپ کا نظریہ بالکل دُرست ہے۔ کیونکہ رُوح کے سفر کا کچھ حِصّہ کال (نفی طاقت) کے طبقات میں سے ہوکر گزرتا ہے اور یہ طبقات کال کے قبضے میں ہیں۔ اِس لئے سنتوں نے اِن طبقات کے حکمرانوں (دھنیوں) کے نام بتانا بھی مُناسِب سمجھا ہے۔ یہ حکمران طاقتیں اِس راستے کی مُحافِظ ہیں اور پانچ مُقدّس ناموں کا سمرن کرنے والوں کے راستے میں رُکاوٹ نہیں ڈالتیں۔

پہلی ضرُوری بات یہ ہے کہ دِل سے تمام دُنیاوی خواہشات نکال دیں، تاکہ صحیح ڈھنگ سے رُوحانیت میں ترقّی کر سکیں۔ کیونکہ یہ خواہشات ہی دوبارہ جنم لینے کا سبب بنتی ہیں۔ دُوسری بات یہ کہ توجہ کو تیسرے تِل (نقطۂ سویدا) پر ٹِکا کر صبر و تحمل سے سمرن کے ذریعے اپنے نفس (من) کو یکسُو کریں، جو رُوحانی ترقّی کی جانب پہلا اصلی قدم ہے۔

60

آپ نے لِکھا ہے کہ نام کی بخشِش کے بعد جلدی ہی آپ کو باطن میں اُوپر اُٹھنے میں کافی ترقّی کا مُشاہدہ ہُوا تھا۔ لیکن اب کچھ عرصہ سے ایسا محسُوس ہو رہا ہے کہ ترقّی رُک گئی ہے۔ یہ بھی لِکھا ہے کہ آپ کو تیسرے تِل پر تصوّر قائم کرنے میں کافی مُشکل پیش آ رہی ہے۔ آپ بخُوبی جانتے ہیں کہ ہمارا خیال جُگوں جُگوں سے باہر پھیلا ہُوا ہے اور اِسے دوبارہ باطن میں کھینچنے کے لئے کڑی محنت اور وقت کی ضرُورت ہے۔ جب ہم اِسے نیچے اور باہر سے ہٹا کر اندر اور اُوپر کی طرف لے جانے کی کوشِش کرتے ہیں تو ایک لمبے عرصہ سے خوابیدہ باہری تاثرات ایک دَم ہمارے سامنے اُٹھ کھڑے ہوتے ہیں۔ یہ کہنا تو غلط ہے کہ یہ کام ناممکن ہے، البتّہ مُشکل ضرُور ہے اور اِس میں قُدرتی طور پر آہستہ آہستہ ہی کامیابی

مِلتی ہے۔ کچھ لوگوں کے لئے یہ عمل نسبتاً اور بھی زیادہ مشکل ہوتا ہے۔ یہی بات تصوّر (دھیان) کو تیسرے تِل پر قائم کرنے کے بارے میں کہی جاسکتی ہے۔

ہماری قوّتِ شعوری (چیتنا) پاؤں کے تلووں سے لے کر سر کی چوٹی تک جسم کے روم روم میں پھیلی ہوئی ہے۔ ہمیں اِس کو سمیٹ کر اُوپر تیسرے تِل میں لانا اور اُوپر لے جانا ہے۔ ایسا کرنے سے ہی باطن میں اپنے اصل گھر کا دروازہ کھُل سکتا ہے۔ لیکن اِس کو اُوپر کی طرف کھینچنا یعنی جسم سے الگ کرنا بہت لمبا اور مشکل کام ہے۔ اِسے "چیونٹی مارگ" کہا گیا ہے۔ چیونٹی بڑی محنت سے پہلے ریت میں سے کھانڈ کے دانے چُنتی ہے اور پھر آہستہ آہستہ دِیوار پر چڑھتی ہے۔ کئی بار نیچے بھی گرتی ہے اور پھر کوشش کر کے آہستہ آہستہ اُوپر چڑھتی ہے۔

ضرورت فقط اِس بات کی ہے کہ پیار، تحمّل اور صِدق دِلی سے محنت کرتے رہیں۔ ایک نہ ایک دِن کامیابی ضرور ملے گی۔ آپ کوشش کریں اور باقی سب کچھ مُرشد کی رضا پر چھوڑ دیں۔

61

مجھے یہ جان کر خوشی ہوئی ہے کہ گوشت خوری اور شراب نوشی کے پرہیز سے آپ کی صحت اچھی ہو گئی ہے۔ جو مناظر آپ کے مشاہدے میں آئے ہیں اُن کا تعلق آپ کے نفس کی یکسوئیت اور رُوح کی پاکیزگی سے ہے۔ وہ آپ کی خواہش کے بموجب نہیں تھے کہ آپ حسبِ منشا اُنہیں دیکھ سکتے۔ وہ نظارے محض اِتفاقیہ یکسوئیت کی بدولت تھے اور وہ یکسوئیت آپکو جن باہری حالات کے زیرِ اثر حاصِل ہوئی وہ آپکے اِختیار سے باہر تھے۔ سنت مت (فقرائے کامِل کی تعلیم) کے اندر ایک ایسا رُوحانی شغل تجویز کیا جاتا ہے جس کے ذریعہ حسبِ خواہش یکسوئیت حاصِل کی جاسکتی ہے، اگر آپ وہ

طریقہ سیکھنا چاہتے ہیں تو آپ کسی مُرشدِ کامل کی پناہ میں جائیں۔

62

مُجھے یہ جان کر خُوشی ہُوئی ہے کہ آپ کو نام دان کی بخشش ہو گئی ہے اور اب آپ یکسُوئیت حاصل کرنے کے لئے ریاضت کر رہے ہیں۔ آپ دونوں آنکھوں کے بیچ تیسرے تل پر اپنے خیال کو ٹھہرانے کی کوشش کریں۔ جیسے جیسے یکسُوئیت میں اضافہ ہو گا آپ کو باطن میں نظامِ شمسی کا مُشاہدہ ہو گا۔ اُسے عبُور کر لینے کے بعد رُوح کو مُرشد کی نُوری صُورت کا دیدار ہو گا۔

ستگورُو آپ کو روز بروز رُوحانی شغل کے لئے اور بھی زیادہ ہمّت اور توفیق عطا فرمائیں۔ ہم سب گزشتہ جنموں میں کئے ہُوئے اعمال کے سبب اِس دُنیا میں بندھے ہُوئے ہیں۔ جو ہر حال میں ہمیں بُھگتنے ہی پڑتے ہیں۔ ہر اِنسان کے کُچھ اچھّے اعمال ہوتے ہیں، کُچھ بُرے۔ اِن اچھّے اور بُرے اعمال کا تناسب ہر اِنسان کے لئے الگ الگ ہوتا ہے۔ اِس لئے سب کو اِن دونوں حالتوں میں سے گزرنا پڑتا ہے۔ آپ اور آپ کے بچّوں پر بھی یہی اصُول لاگُو ہوتا ہے۔

رُوحانی ترقّی کے پیشِ نظر اِنسان اپنے باہری ماحول سے مُتاثر نہیں ہوتا اور اُس کے اندر ناموافق حالات میں بھی اپنے توازن کو برقرار رکھنے کی صلاحیّت آجاتی ہے۔ یہی ایک راستہ ہے۔ ست سنگی کو ویسے ہی جیتے جی اپنے وجُود کو خالی کرنا پڑتا ہے، جیسے لوگ مَوت کے وقت کرتے ہیں۔ لیکن اُسے حسبِ منشا ایسا کرنا ہے اور دیکھنا ہے کہ جسمانی دُنیا سے پرے کیا ہے؟ اُسے رُوح کو جسم میں سے سمیٹ کر تیسرے تل پر یکسُو کرنا ہے۔ یہ کام آہستہ آہستہ ہوتا ہے اور پچھلے اعمال پر مُنحصر ہوتا ہے۔ اِس شغل میں کامیابی حاصل کرنے کے لئے عمر بھر کی محنت درکار ہے۔

63

بڑی خوشی کی بات ہے کہ آپ اپنے دھیان کو تیسرے تِل پر قائم کرنے کی کوشش کر رہے ہیں کیونکہ یہی سب سے اوّل اور اہم قدم ہے۔ تاہم اِس شغل میں وقت اور مُصمّم ارادہ درکار ہے۔ جیسا کہ آپ نے خُود محسُوس کیا ہے کہ شرُوع میں کئی بار آپ نے اپنے آپ کو خوشی اور ہِمّت سے بھرپُور پایا ہے۔ کئی بار توجہ نیچے گر جاتی ہے اور باہر پھیل جاتی ہے اور اُسے دوبارہ ٹھکانے پر لانے کے لئے بہت کوشش کرنی پڑتی ہے لیکن یہ کام تو کرنا ہی پڑتا ہے۔ آخر کار توجہ مُکمّل طور پر یکسُو ہو ہی جاتی ہے۔ زندگی میں ہر کام میں کامیابی اور مہارت کا دارو مدار عمل اور ابھیاس پر ہوتا ہے۔ نفس کو اپنے قابُو میں لانا آسان کام نہیں ہے۔ یہ مُحکُوں جُگانتروں سے تیسرے تِل سے باہر بھٹک رہا ہے اور یہ اپنی اِس باہر آوارہ بھاگنے کی خصلت کو آسانی سے چھوڑنے کے لئے تیار نہیں۔

ٹانگوں اور جسم کے نچلے حِصّوں میں درد کا سبب قوتِ شعُوری (چیتن شکتی) کا سِمٹاؤ ہے۔ یہ درد زیادہ دیر نہیں رہتا لیکن شرُوع میں ایسا ہونا لازمی ہے۔ اگر درد کی شِدّت نا قابلِ برداشت ہو تو شغل میں تھوڑی ڈِھیل دے دیں۔ ساتھ ہی یاد رکھیں کہ بھجن سے ایک دم نہ اُٹھ کھڑے ہوں۔ ٹانگوں کو ہاتھوں سے تھپتھپا کر آہِستہ آہِستہ اُٹھنا چاہیئے۔

چیتنا پیروں کے تلوؤں تک سارے جسم میں پھیلی ہُوئی ہے اور اِس کا وجُود کے ساتھ گہرا تعلّق ہے۔ اِس لئے اِس گہرے اور لمبے تعلق کے ٹُوٹنے کے سبب درد کا احساس ہونا قُدرتی امر ہے۔ لیکن مُتواتر شغل کے ذریعے یہ کام نہایت آسان اور قُدرتی ہو جاتا ہے۔ اِس کے بعد آپ مَوت کے گُنبد اور نُور کے دروازوں میں سے گزر کر رُوحانی طبقات میں داخل ہونگے۔ جب سلسلۂ احساس جسم سے الگ ہوتا ہے تو درد کا ہونا لازمی ہے۔ اِس لئے مَوت کے وقت یہ

ساری تکلیف ایک دم برداشت کرنے کی نسبت اِسے آہستہ آہستہ سہن کرنا آسان ہے۔

خواہ کتنی بھی بُری اور ڈراؤنی شکلیں دِکھائی دیں آپ بالکل نہیں ڈریں۔ اور فکر بھی نہ کریں۔ آپ متواتر لگن اور صِدق دِلی کے ساتھ سمرن میں مشغول رہیں۔ یاد رکھیں کہ مُرشد کا حفاظتی ہاتھ ہمیشہ آپ کی پیٹھ پر ہے۔ یہ ڈراؤنی شکلیں دیرینہ، شاید عُمر بھر کے تعلق کے سبب دِکھائی دیتی ہیں۔ لیکن آپ کو نام کا سہارا ہے۔ یہ آپ پر کوئی بُرا اثر نہیں ڈال سکتیں۔ یہ اپنے آپ ہی غائب ہو جائیں گی۔

64

جبراً باطِن میں کچھ دیکھنے یا سُننے کی کوشش ٹھیک نہیں ہے۔ جَیسے جَیسے یکسُوئیت میں اِضافہ ہوگا اور رُوح اُوپر کو اُٹھے گی شبد دُھن (کلمے کی گُونج) اپنے آپ تیز ہوتی جائے گی۔ شُروع شُروع میں جسم کو خالی کرنے پر ہی پُوری توجہ دینی چاہیئے۔

مَیں آپ کے جذبات کی قدر کرتا ہوں لیکن مُرشِد کے اصلی چرن آپ کے باطِن میں ہیں۔ ہر مُرید کے دِل میں اندر اپنے گورُو کے چرنوں تک رسائی کرنے کی خواہش ہونی چاہیئے۔ اِس مقصد کی تکمیل میں پیار اور عقیدت سے بہت مدد مِلتی ہے۔ آپ جِتنا زیادہ وقت بھجن سمرن میں لگائیں گے اور جَیسے جَیسے اندر رسائی ہونے لگے گی، ویسے ویسے آپکا پیار بھی بڑھتا جائے گا۔

65

اہم بات تو یہ ہے کہ سُرت (رُوح) کو باہری سازوسامان سے ہٹا کر اندر کی طرف مائل کرنا ہے۔ خُوشی کا احساس یکسُوئیت کی علامت ہے۔ مگر جسم بے حِس ہونا چاہیئے۔ اپنے جِسم کی طرف توجہ نہ دیں اور اگر کوئی ہِل جُل ہو تو

اُسے روک دیں۔

آپ بڑے خُوش نصیب ہیں کہ آپ کو باطن میں کئی بار مُرشد کی صُورت کی جھلک دِکھائی دی ہے۔ جب آپ رُوح کو اور زیادہ مُستقِل مزاجی سے ٹھہرائیں گے تو آپ کو باطن میں مُرشد کے اور بھی زیادہ صاف اور اچھے درشن ہونگے۔

66

ہاں، یہ دُرست ہے کہ ہر شخص ترقّی کر کے اُس حالت کو نہیں پہنچ سکتا کہ وہ سَنت مَت (فقرائے کامِل کی تعلیم) پر کاربند ہو سکے۔ لیکن اِس کا یہ مطلب نہیں کہ اِس راستے پر چلنے کی کوشش ہی نہ کی جائے۔

جہاں تک قُوّتِ ارادی کی مدد سے خواہشات پر قابُو پانے کا سوال ہے یہ سمجھ لینا چاہیئے کہ خواہشات کو ترک کرنے یا مُکمّل طَور پر اُن سے نجات پانے کے دو طریقے ہیں۔ پہلا وہ جو عام لوگ اپنے عمل میں لاتے ہیں کہ خواہش کی تکمیل کے ذریعے تسکین کی حد کو عبُور کر جانا اور دُوسرا یہ کہ دلیل اور ضبط کی مدد سے دِل کے اندر اُٹھ رہی خواہشات کی طرف توجہ نہ دینا۔ ضبطِ نفس کے لئے قُوّتِ اِرادی کا اِستعمال کرنا پڑتا ہے۔ نفس ایک مُنہ زور گھوڑے کی مانند ہے اور اُسی طرف ہی جانا چاہتا ہے، جس طرف سے اِسے روکا جائے۔ گھوڑے کی طرح اِسے آہستہ آہستہ ہی قابُو کرنا چاہیئے، ایک دَم نہیں۔ ورنہ یہ سب زنجیریں توڑ کر اُدھر ہی کو بے تحاشہ دَوڑتا چلا جائے گا جِدھر سے اِسے روکا جائے۔

سنت جن (درویشانِ حق) ہدایت کرتے ہیں کہ نفس پر قابُو پانے اور اِسے رُوحانیت کی راہ پر چلنے کے قابِل بنانے کے لئے اِنسان کو گوشت اور شراب جیسی اشیاء کا اِستعمال چھوڑ دینا چاہیئے۔ رُوحانیت سے مُتعلقہ کتابوں

کے مُطالعہ کے ساتھ ساتھ ممنوعہ غِذا سے بھی گُریز کرنا ضروری ہے۔ آپ پُوری سوچ سمجھ سے فیصلہ کریں کہ کیا آپ باقی ماندہ زِندگی اِن اشیاء کے بغیر گزار سکیں گے؟ اور کیا اِن اشیاء کو ترک کر دینے سے آپ کی صحت پر کوئی بُرا اثر تو نہیں پڑے گا؟ مُکمل طَور پر نباتاتی غِذا لینے اور پکّے اِرادے سے شراب نوشی اور دِیگر نشیلی چیزوں کا اِستعمال چھوڑنے کے بعد ہی آپ مُجھے لِکھیں۔ نہایت ضرُورت کی حالت میں کِسی دُوسرے کے لئے مانس پکانے میں مناہی تو نہیں ہے، لیکن اِس سے بچنا ہی مُناسب ہے۔ اپنے لئے تو کِسی بھی حالت میں اِس کے اِستعمال کی اِجازت نہیں ہے۔

67

جَیسے ہم کِسی کِتاب کا مُطالعہ کرتے وقت سانس کی جانِب کوئی توجہ نہیں دیتے، عیَن اُسی طرح سمرن (ذِکر) کے دَوران بھی سانس کے مُتعلِق سوچنے یا اُس طرف مُتوجہ ہونے کی ضرُورت نہیں۔ سانس لینے کی مشق بِنا دھیان دِیئے خُود بخُود جاری رہتی ہے۔

68

سوال فقط کِسی کی جان لینے کا نہیں ہے۔ انڈے ـــــ جاندار ہوں یا غیر جاندار ـــــ دونوں کا شُمار شہوت انگیز غِذا میں ہوتا ہے۔ جب کہ رُوحانی شغل کے لئے ایسی خُوراک کی ضرُورت ہے جِس سے اُکساہٹ پیدا نہ ہو۔ ہماری خُوراک کا ہمارے نفس (من) پر گہرا اثر پڑتا ہے۔ خُوراک ہمارے نفس کو ڈھالتی ہے۔ ہِندُوستان میں عام کہاوت ہے۔ "جیسا کھاؤ اَن وَیسا ہوئے مَن"۔ انڈے خواہ جاندار ہوں یا غیر جاندار دونوں طرح کے انڈوں سے پرہیز کرنا چاہئے۔

69

بلاشک یہ شغل خصوصاً شروع میں محنت طلب اور آہستہ ہوتا ہے۔ لیکن جس طرح متواتر کوشش سے آپ نے تندرستی حاصل کی ہے عین اسی طرح پیار اور بھروسے سے لگاتار محنت کرنے سے یہ کام بھی پورا کیا جاسکتا ہے۔ جب سمرن پیار، وشواس اور پوری توجہ کے ساتھ کیا جائے تو، جیسا کہ آپ نے کہا ہے، یہ پہیئے کی طرح اپنے آپ چلتا رہتا ہے۔ یہ آپ کے گزشتہ اعمال کا نتیجہ ہے۔

آپ اپنے روزمرہ کے کاروبار اور خانگی کام کاج کا سلسلہ اس طرح چلائیں کہ آپ کو اپنے روحانی فرض کی ادائیگی میں سہولت رہے۔ پھر تیسرے تل نقطۂ سویدا پر اپنی توجہ کو ٹکا کر سمرن میں جٹ جائیں۔ جب آپ جسم کو خالی کر دیں گے تو پریشان کرنے والی تمام رکاوٹیں اپنے آپ دور ہو جائیں گی اور آپ شبد دھن کا پورا فائدہ اٹھا سکیں گے۔ مکمل یکسوئیت کی کسوٹی یہ ہے کہ آپ جسم سے بالکل بے خبر اور باطن میں شعوری وقوف کی کیفیت سے بخوبی باخبر (باہوش) ہوں۔

خواب اور بھجن کی حالت میں بہت فرق ہے۔ خواب میں ہم کنٹھ چکر پر ہوتے ہیں اور بھجن میں توجہ کو تیسرے تل پر یکسو کر کے جسم کو خالی کر دیتے ہیں۔ پیار، بھروسہ اور مستقل مزاجی کامیابی کے راز ہیں۔

70

آپ جانتے ہیں کہ عبادت (بھگتی) کا تعلق فقط نفس (من) سے ہے۔ یوگ آسن اس میں مددگار ضرور ہو سکتے ہیں لیکن ایسا نہیں ہے کہ ان کے بغیر بھگتی ہو ہی نہیں سکتی۔ اگر جسم کی کمزوری یا کسی بیماری کے سبب توجہ بار بار نچلے حصے میں اتر جاتی ہو تو تیسرے تل پر دھیان ٹکانے کے لئے کوئی آسن

آسن اپنا لینا فائدہ مند ہے۔

.... لیکن کوشش ہمیشہ یہ ہونی چاہیئے کہ آہستہ آہستہ وقت بڑھاتے جائیں، غرضیکہ پورے اڑھائی گھنٹے ایک ہی آسن میں بیٹھ سکیں۔ یہ کام جلد بازی کا نہیں ہے۔ بلکہ ترقی آہستہ آہستہ اور پختہ ہونی چاہیئے۔

مغربی ممالک کے باشندے اکثر پانچ نام کا سمرن صحیح تلفظ (اُچارن) کے ساتھ نہیں کر پاتے۔ مگر آہستہ آہستہ آپ اِس کام میں کامیاب ہوجائینگے اور کوئی دِقت پیش نہیں آئے گی۔

71

مَیں آپ کا خط پڑھ کر ... اور حضور مہاراج جی کی نسبت عزت کا جذبہ دیکھ کر بہت خوش ہوا ہوں۔ حضور مہاراج درحقیقت لامحدود صبر و قناعت کے مالک تھے۔ آج بھی وہ اپنے ست سنگیوں کی سنبھال اور مدد کر رہے ہیں۔

پیارے ستگورو کے دِیدار سے ہمیشہ دِل کو تسکین اور خوشی ملتی ہے اور پانچوں دُشمن ـــ کام، کرودھ، لوبھ، موہ اور اہنکار ـــ بھاگ جاتے ہیں۔ جب آپ کا من تیسرے تِل پر یکسو ہو کر ٹِکے رہنے کا عادی ہوجائیگا تو آپ جب چاہیں گے اندر مُرشد کا دِیدار کر سکیں گے۔ لیکن آپ یہیں نہ رُکے رہیں بلکہ اور آگے بڑھیں، ترقی کریں تاکہ آپ کو ہر وقت مُرشد کی محبت اور سکون کا مُشاہدہ ہوتا رہے۔

72

مُرشِد لافانی (امر) ہیں۔ وہ طاقت مجسّم ہیں۔ وہ شبد رُوپ ہیں اور آپ کی سنبھال کر رہے ہیں۔ آپ پیار اور بھروسے سے بھجن سمرن میں مشغول رہیں۔ جب تک آپ کا خیال باطن میں نہیں جاتا، وہاں ستگورو سے ملاپ

نہیں ہوتا اور آپ کو اُن کا حکم نہیں مِلتا، آپ اپنی مشکلات کے بارے میں مجھے لکھ دِیا کریں۔ اپنے بھجن سمرن کو باقاعدہ وقت دِیا کریں اور شبد دُھن کو سُننے کی کوشِش کریں۔

73

دُنیا کے حادثات اور سازو سامان کی اہمیت کا دارومدار اِس بات پر ہے کہ ہم اِنہیں کس نظر سے دیکھتے ہیں، ہمارا اپنا نفس ہی ہمارا سب سے بڑا دُشمن ہے۔ لیکن جب اِسے صحیح ڈھنگ سے کڑے ضبط میں رکھا جائے تو یہ سب سے اچّھا دوست اور مددگار بھی ثابت ہوسکتا ہے۔ پُر اُمید نظریہ بہت فائدہ مند ہوتا ہے۔ لیکن اصلی مدد پانچ نام کے سمرن سے مِلتی ہے۔ یہ ایک حیرت انگیز طلسم ہے، جس کی عظمت اور طاقت کا آپ کو اُس وقت علم ہوگا جب آپ اپنے دِل سے سب خیال اور فِکر نکال کر ہر روز باقاعدہ اڑھائی گھنٹے کا وقت اِس کے شغل کے لئے وقف کریں گے۔ اِس طرح آپ کو سمرن کے ذریعے اپنی چیتنا کو جسم کے نِچلے حِصّے میں سے سمیٹ کر اندر صحیح مرکز —— تیسرے تِل (نقطۂ سویدا) —— پر ٹِکسُو کرنے میں مدد ملے گی۔ وہیں سے اصلی رُوحانی سفر شروع ہوتا ہے۔

سرُور کا دُھندلا سا حلقہ جو آپ محسُوس کرتے ہیں اُسے نُور اور شبد دُھن سے مِلنے والے سچے سرُور میں بدلنے کی کوشِش کریں۔ شبد دُھن تو آپ کے جسم کے رگ و ریشے میں سمائی ہُوئی ہے مگر ضرُورت اِس بات کی ہے کہ یہ نہ صِرف آپ کو اُوپر جانے میں مدد دے بلکہ آپ کو اُوپر کی طرف بھی کھینچے۔ یہ تبھی مُمکن ہوگا جب آپ اپنے دُنیاوی لگاؤ کے بندھن توڑ کر بُری اور نقصان دِہ خواہشات کو چھوڑ کر اپنے آپ کو شبد دُھن کے حوالے کر دیں گے۔ یہ کام فقط گہری لگن کے ساتھ کئے گئے سمرن سے ہی مُمکن ہے۔ آپ نے حضُور مہاراج سے نام دان کی بخشِش حاصِل کی ہے۔ اور اُن کے تئیں شکر گزار ہونے کا بہترین اور صحیح

طریقہ یہ ہے کہ آپ مادّیت کے لگاؤ سے اُوپر اُٹھ کر شبد دُھن کے ساتھ وابستہ ہونے کی کوشش کریں۔

74

مَیں آپ کی مُشکل کو سمجھتا ہُوں۔ سمرن کے وقت ہر طرح کے سوال، ہر قسم کے مسئلے رُوح کے سامنے لاکر کھڑے کرنا نفس (من) کی فطرت ہے۔ اپنی قوّتِ اِرادی کی مدد سے سب بے مُناسب خیالات دِماغ سے باہر نکال دیں۔ خواہ آپ کو ظاہرہ طور پر کامیابی کا احساس نہ بھی ہو، لیکن ایسا کرنے سے آپ کا راستہ آہستہ آہستہ آسان ہوتا جائے گا۔

سمرن بُنیاد ہے اور بُنیاد ہر حالت میں مضبُوط ہونی چاہیئے۔ سمرن سے بہُت مدد مِلتی ہے۔ نہ صِرف رُوحانی جدوجہد میں بلکہ دُنیاوی کام کاج میں بھی۔ باقاعدہ صحیح ڈھنگ سے تمام خیالات کو چھوڑ کر یکسُو ہو کر کیا گیا سمرن بہُت فائدہ مند ہوتا ہے۔ اگر آپ کو صُبح وقت نہ مِلے تو اپنی سہُولت کے مُطابق کِسی بھی وقت بھجن کر سکتے ہیں۔

75

آپ نے بھجن بندگی میں نہایت تسلّی بخش ترقّی کی ہے اور جس مُصمّم اِرادے اور مُستقِل مزاجی کے ساتھ آپ آگے بڑھ رہے ہیں اُس سے آپ کو اور بھی زیادہ یکسُوئیت حاصِل ہوگی۔ نِچلے اعضاء کا بے حِس (سُن) ہوجانا اور جسم میں ہلکے پن کا اِحساس یکسوئیت کی علامتیں ہیں۔

76

رادھاسوامی فلسفہ پرماتما سے مِلاپ کے لئے ایک ایسے طریقِ عمل کی تعلیم دیتا ہے جسے تمام درویشانِ حق نے ذاتی تحقیق کی بُنیاد پر اپنایا ہے اور جسے نہایت کامیاب پایا ہے۔ یہ کِسی قِسم کے اندھ وِشواس یا کٹّر پن پر مبنی

نہیں ہے۔ اِس فلسفے کا بُنیادی اصُول یہ ہے کہ ہر اِنسان کو باطن میں بالائی رُوحانی طبقات میں رسائی کر کے اُس حقیقت کا جس کی سنتوں، مہاتماؤں، ولی، اولیاء، نے کھوج کی ہے، کا ذاتی مُشاہدہ کرنا چاہیئے۔ یہ ماننا پڑے گا کہ اگر ہمیں ایسے سنتوں مہاتماؤں کی تعلیم میں یقین ہی نہیں ہے تو ہم ترقّی نہیں کر سکتے۔ اِس پر چلنے کے لئے مُرشدِ کامل کے ذریعے بتائی گئی ہدایت پر مُکمل وِشواس ہونا لازمی ہے۔ اگر طالب علم کو اُستاد پر یقین ہی نہ ہو تو وہ کچھ بھی سیکھ نہیں سکتا۔

شبد دُھن کے شغل سے اعمال فنا ہو جاتے ہیں۔ اور جیسے جیسے رُوح اُوپر اُٹھتی ہے، قُوّتِ اِرادی مضبُوط ہوتی جاتی ہے۔ باطن میں شبد دُھن سُننے سے اعمال ختم ہوتے چلے جاتے ہیں۔

اِنسان اشرفُ المخلوقات ہے اور اگر وہ اِنسانیت کے مدِّ نظر اعمال کرتا رہے گا تو آگے بڑھتا چلا جائے گا لیکن اگر جانوروں، پرندوں یا کیڑے مکوڑوں کی طرح نچلے درجے کے اعمال کی جانب راغب ہو گا تو مَوت کے بعد وُہی بن جائے گا جو اِنسان کے جامے میں ہوتے ہُوئے اُس نے اپنے آپ کو بنا رکھا ہو گا۔

77

آپ نے لِکھا ہے کہ آپ رادھا سوامی فلسفہ کی تعلیم پر عمل کرنے کے خواہشمند ہیں لیکن نباتاتی غِذا کو اپنانے میں آپ کو دِقّت محسُوس ہوتی ہے۔

کُل مالِک نے اِنسانی وجُود کی تخلیق کچھ ایسی کاریگری سے کی ہے کہ جو کچھ باہر دُنیا میں دِکھائی دیتا ہے وہ سب کچھ اُس نے اِنسان کے جسم کے اندر بھی رکھ دِیا ہے۔ "جو برہمنڈے سوئی پِنڈے" یعنی سُوکشم رُوپ میں کُل کائینات ہمارے اندر ہے۔ وہ خالق بھی اِس وجُود کے اندر بیٹھا ہے۔ آپ تیسرے تِل میں رسائی کر کے اپنے جِسم کے اندر داخل ہو کر عالمِ کبیر (برہمنڈ)

اور اُس کے اندر تمام اشیاء کا پُورا منظر صاف صاف دیکھ سکتے ہیں۔ حضرت عیسےٰ بھی کہتے ہیں۔ "خُدا کی بادشاہت تمہارے اندر ہے" پرماتما باہر کہیں نہیں مِلتا۔ کُل راز جِسم کے اندر آنکھوں سے اُوپر کے حِصّے میں ہے۔ یہ رُوحانی دُنیا ـــ نفس کی گہرائیوں کے اندر نفس کے پسِ پردہ چھُپی ہُوئی ہے۔ لیکن ہمارا نفس جُگوں جُگانتروں سے باہر ہی باہر بھٹک رہا ہے۔

فقط اِنسان کو ہی یہ شرف حاصِل ہے کہ وہ اپنی توجہ کو باہری دُنیا سے ہٹا کر اندر لے جاسکتا ہے اور اندر کی دُنیا اور اُس کے تمام نِظام کا بخوبی جائزہ لے سکتا ہے۔ اِس لئے اِنسان کا سب سے اوّل اور ضرُوری فرض یہ ہے کہ وہ اپنی توجہ کو باطِن میں اُس نُقطے پر لے جائے، جس مقام سے اُتر کر یہ باہر آئی ہے۔ اُس مقام کو 'شِونیتر'، تیسرا تِل، نُقطہ سویدا یا چیتنا کا مرکز کہتے ہیں۔ چیتنا کی دھارا یا قوّتِ شعُوری سر کی چوٹی سے اُتر کر اُس نُقطے کی طرف چلتی ہے۔ شبد دُھن اُسی میں سے نِکلتی ہے، جیسے حضرت عیسےٰ نے 'ورڈ' یعنی شبد اور ڈاکٹر جوہن سن نے اپنی کِتاب میں اِس کو 'آڈیبل لائف سٹریم' یعنی سُنائی دینے والی جیون دھارا' کہا ہے۔ یہ وہ سیدھی سڑک ہے جو ہمیں سر کی چوٹی میں اپنے سچّے گھر واپس لے جاتی ہے، جہاں سے رُوح شرُوع میں وجُود میں اُتری تھی۔ دُوسرے لفظوں میں ہمارا رُوحانی سفر پاؤں کے تلووں سے شرُوع ہوکر سر کی چوٹی میں جاکر مُکمّل ہوتا ہے۔ جب ہماری قوّتِ شعُوری (چیتنا) ہاتھوں پاؤں میں سے نِکل کر تیسرے تِل میں اِکٹھی ہوجاتی ہے، یا یُوں کہیئے کہ جب رُوح کثیف جِسم سے الگ ہوجاتی ہے جس میں وہ لِپٹی ہُوئی ہے تو ہماری خامیاں اور کمزوریاں دُور ہونی شرُوع ہوجاتی ہیں۔ کام (شہوانی خواہش) کرودھ (غُصّہ) اور دُوسرے شیطانی یا نفی جذبات کا دباؤ کم ہونے لگتا ہے۔ اُن کی جگہ ہمارے اندر نیک اوصاف پیدا ہونے لگتے ہیں جس سے اِنسان کو اپنی

حقیقی قدر و قیمت کا احساس ہونا شروع ہو جاتا ہے۔

اِس رُوحانی سفر کو طے کرنے کے لئے اِنسان کو گوشت، مچھلی اور انڈے اور اِن سے بنی ہوئی چیزوں کے اِستعمال سے پرہیز کرنا چاہیئے۔ یہ چیزیں ہماری توجہ کو مُنتشر کرتی ہیں۔ اور پھر اُسے یکسُو کرنے میں رُکاوٹ بنتی ہیں۔ اِنسان کے اعمال کا بوجھ پہلے ہی بہت بھاری ہوتا ہے۔ چاہیئے تو یہ کہ اِس بوجھ کو ہلکا کیا جائے، لیکن اِن چیزوں کے استعمال سے یہ بوجھ اور بھی بڑھ جاتا ہے۔ مُتلاشیان کو اِن اَشیاء کا اِستعمال چھوڑنا پڑتا ہے، کیونکہ یہ اُن کے رُوحانیت کے راستے میں رُکاوٹ ڈالتی ہیں۔ میرے دِل میں آپ کے لئے بہت عِزّت اور محبّت ہے۔ لیکن آپ یہ سمجھنے کی کوشِش کریں کہ اِس اصُول میں ڈِھیل نہیں دی جاسکتی۔ وجہ یہ ہے کہ جب تک گوشت شراب وغیرہ چھوڑ نہیں دیتے رُوحانی سفر کا آغاز نہیں ہو سکتا۔

78

اِنسانی جِسم میں ایسی بے شُمار طاقتیں سوئی اور دبی پڑی ہیں جنہیں کوشِش کر کے آہِستہ آہِستہ بیدار اور وسیع کیا جا سکتا ہے۔ جب بچّے کو ہم سکول بھیجتے ہیں تو وہاں اُستاد باہر سے گھول کر کوئی شئے بچّے کے اندر نہیں ڈالتا۔ وہ فقط بچّے کے اندر عِلم کی خوابیدہ صلاحیتوں کو بیدار کرتا ہے۔ یہ کام آہِستہ آہِستہ روز بہ روز کی مشق سے ہوتا ہے۔ یہی اصول رُوحانی صلاحیتوں پر بھی لاگو ہوتا ہے۔ اِس حقیقت کا ثبوت اِنسان کو پردہ ہٹا کر باطِن میں داخِل ہونے پر ہی مِل سکتا ہے۔

ہمارا وجُود رُوحانی تحقیق کے لئے ایک تجربہ گاہ ہے۔ رُوح کی رَو (دھارا) کو اندر لے جانے سے ہی رُوحانی حقیقت کا عِلم ہو سکتا ہے اور سچّائی کا ثبوت مِل سکتا ہے۔ اگر آپ توجہ کو مکمّل طور پر یکسُو کر لیں یعنی جِسم کے

روم روم میں پھیلی ہُوئی سُرت کی دھاراؤں کو تیسرے تِل میں اِکٹھا کر کے باہر دیکھنے کی بجائے اپنے اندر دیکھنا شروع کر دیں تو آپ کو معلوم ہو جائے گا کہ آپ کا باطن نور اور تجلّی سے بھرپور ہے۔ اور اُس میں لاتعداد طبقات ہیں جن میں شبد کا اکھنڈ کیرتن ہو رہا ہے۔

اگر اِنسان اپنی سُرت کو باہر سے سمیٹ کر اندر لے جائے اور ڈھونڈ کر اُس دَولت کو جو پرماتما نے اُس کے لئے ہی وہاں رکھی ہے، حاصِل کر لے تو کام، کرودھ، لوبھ، موہ اور اہنکار پانچوں دُشمنوں پر فتح حاصِل کر سکتا ہے۔ اگر ہم اپنی رُوح کو باطن میں یکسُو کر لیں تو شبد دُھن سُنائی دینے لگتی ہے۔ یہ نہایت تکنیکی عمل ہے، جس کی تفصیل کِتابوں میں لکھ کر سمجھایا نہیں جا سکتا۔ اِس کی جانکاری کِسی زندہ مُرشدِ کامل سے ذاتی طَور پر اُس سے رابطہ قائم کر کے ہی حاصِل کی جا سکتی ہے۔ سب سے پہلے اِنسان کو مُکمّل یکسُوئیت حاصل کرنے کی کوشِش کرنی چاہیئے۔ اِس کے لئے کئی طریقے ہیں۔ جب توجہ اندر چلی جاتی ہے، تو وہاں الگ الگ مقامات میں رِشیوں، مُنیوں، پیروں، پیغمبروں وغیرہ کے درشن ہوتے ہیں۔ حالانکہ اُنہیں گزرے ہُوئے کئی زمانے بیت چُکے ہیں۔

79

دُنیاوی گانا بجانا اپنی جگہ پر ٹھیک ہے۔ لیکن یہ نفس کی خُوراک ہے۔ رُوح کی نہیں۔ باہری موسیقی کی مَناہی نہیں ہے۔ لیکن ایسا نہ ہو کہ یہ بھجن سمرن میں رُکاوٹ ڈالے۔ یعنی رُوحانی شغل کے وقت خیال کو مُنتشِر کرے۔ یہی اصل کسوٹی ہے۔ ہمیں باطن میں جانے کی کوشِش کرنی چاہیئے اور جو بھی شے اِس شغل میں مُخل ہو یا باہر کھینچے وہ نقصان دِہ ہے۔ بلاشک اِن چیزوں کا مختلف لوگوں پر الگ الگ اثر پڑتا ہے۔ لیکن ہمارا مقصد تو یہ ہونا چاہیئے کہ ہم اندرُونی طَور پر ترقی کریں اور نغمۂ آسمانی (شبد) میں جذب ہو جائیں۔

80

جو سوالات آپ نے پُوچھے ہیں، اُن میں سے کچھ ایک کا جواب تو بھجن میں تھوڑی سی ترقی ہو جانے پر ہی آپ صحیح ڈھنگ سے سمجھ پائیں گے۔ اِس لئے آپ کو اپنے اندر رجُوع کرنے کی زیادہ سے زیادہ کوشش کرنی چاہیئے۔

ہر ایک رُوح اُس چیتنا کے لامحدُود ساگر کی بُوند ہے۔ رُوحیں اُس مالِکِ کُل کی مَوج سے ہی نیچے اُترتی ہیں اور نفس اور مادّیت سے رِشتہ قائم کر کے الگ الگ شکلیں اِختیار کرتی ہیں، جِس کو رُوح کا زوال کہا جا سکتا ہے۔ پھر کِسی مرشدِ کامِل کی پناہ میں جانے پر ہی اُنہیں اپنے اصل رُوحانی سرچشمہ کا عِلم ہوتا ہے اور اُس کی ہِدایت کے مُطابق رُوحانی شغل کے ذریعے ہی وہ اپنے اصل گھر (مقامِ حق) واپس لَوٹ سکتی ہیں۔ جہاں سے وہ نیچے اُتری تھیں۔ اور آخر کار وہ خُدا صُورت بحرِ بے کِنار میں جذب ہو جاتی ہیں، جِس کی وہ بُوندیں تھیں۔

گزشتہ جنموں کے نیک تاثرات (سنسکاروں) اور مالِک کے رحم و کرم سے ہی مُرشدِ کامِل کی پناہ مِلتی ہے۔

رُوح ہر جگہ موجُود ہے۔ جب اِس کے اُوپر سے نفس اور مادّیت کے پردے اُتر جاتے ہیں تو یہ شبد میں سما جاتی ہے۔ درویشانِ حق کا قول ہے کہ پتّے پتّے اور دانے دانے کے اندر رُوح موجُود ہے۔ نباتات (سبزیات) میں حیوانی زِندگی کی نِسبت چیتنا اِس لئے کم ہے کہ مادّی دُنیا میں نفس (مَن) رُوح پر حاوی ہے اور عناصِر (تتوں) کی کمی کے سبب نچلی جونوں میں نفس پُوری طرح بیدار (چیتن) نہیں ہے۔ ایک رُوح اور دُوسری رُوح میں کوئی فرق نہیں ہے۔ رُوح زِندگی ہے۔ نُور کی صُورت ہے اور چیتن ہے لیکن

اِس پر نفس اور مادّیت کے غلاف چڑھے ہُوئے ہیں۔ اور اِس اندھیرے کی وجہ دِکھائی نہیں دیتی۔ نچلی جُونیوں کی رُوحوں میں یہ اندھیرا اور بھی بڑھتا چلا جاتا ہے اور نُور اور وقُوف (چیتنا) کی مقدار نسبتاً کم ہوتی چلی جاتی ہے۔

یہ کہنا صحیح نہیں ہے کہ گزشتہ تین یُگوں میں سنت مہاتما، ولی اولیاء دُنیا میں ظاہر نہیں ہُوئے۔ کبیر صاحب نے اپنی بانی میں صاف کہا ہے کہ آپ ہر یُگ میں آئے تھے۔ لیکن بہت کم لوگوں نے اُن کی تعلیم کو اپنایا۔ کل یُگ میں فقرائے کامل کی تعلیم پر چلنے والوں کی تعداد کافی زیادہ ہو گئی ہے۔ کیونکہ لوگ اِس عالمِ فانی کے عارضی سُکھوں سے عاجز آ چکے ہیں۔ جب تک کوئی مُرشدِ کامل نہیں مِلتا، رُوح آواگون کے چکّر سے نجات نہیں پا سکتی۔

یہ سچ ہے کہ حضرت عیسےٰ نے ورڈ (شبد) یعنی نام کے شغل کی ہی تعلیم دی ہے۔ "دی سرمن آن دی ماؤنٹ" (پہاڑ پر وعظ) میں فقط اُنکی تعلیم کے اخلاقی پہلو پر ہی روشنی ڈالی گئی ہے ـــــ اُس تعلیم کے بُنیادی اصُولوں پر بحث و مُباحثہ کی ضرُورت نہیں بلکہ ضرُورت اِس بات کی ہے کہ سُرت کو اُس شبد سے وابستہ کیا جائے جو حضرت عیسےٰ کے فرمان کے مُطابق خُدا کے ساتھ تھا، خُدا تھا اور ہے۔ صحیح طریقِ عمل کے ذریعے ہم اُس شبد کے ساتھ وابستہ ہو سکتے ہیں۔ سنت مت یا درویشانِ حق کی اِس تعلیم کو کہ ہر اِنسان کو اپنی نجات کے لئے کوشش کرنی چاہیئے، خُود غرضی کی تعلیم سمجھنا مُناسِب نہیں ہے۔

81

'سوہنگ' کے معنی ہیں 'مَیں وہی ہُوں'، لیکن یہ اِشارہ جسم یا نفس کی قید میں پھنسی رُوح کی موجُودہ حالت کی طرف نہیں ہے، بلکہ رُوحانی ترقّی کی ایک اعلےٰ کیفیت یا منزل کی طرف ہے۔ جو لوگ نفس اور مادّیت کی گرفت میں ہوتے ہُوئے بھی خُدا ہونے کا دعوےٰ کرتے ہیں، اُنکے دھوکے میں نہیں آنا چاہیئے۔

مَیں اِس بات کو اور بھی اچھی طرح کھول کر واضح کرتا ہُوں۔ سب سے پہلے بھجن (شغل) کے دَوران ہمیں اپنی توجہ کو دونوں آنکھوں کے بیچ میں تیسرے تِل (نُقطۂ سویدا) پر یکسُو کرنا ہَے۔ ہر روز بلا ناغہ دو گھنٹے کا وقت سِمرن کو دینا ہے۔ اِس طرح ہماری چیتنا جو جسم کے روم روم میں پھیلی ہُوئی ہَے، وہ تیسرے تِل پر اکٹھی ہو جاتی ہے۔ یہاں پہُنچ کر ہم اُس مقام میں داخِل ہوتے ہیں جس کا حاکم جوت نرنجن ہے اور پھر اُس سے اُوپر کا شبد پکڑ کر ترکُٹی یعنی نفس کے مقام میں پہُنچ جاتے ہیں۔ یہ لطیف اللطیف (کارَن) نفس کا مقام ہے۔ اِس سے اُوپر رُوح تیسرے رُوحانی مقام میں رسائی کرتی ہَے۔ جہاں یہ کثیف (ستھُول)، لطیف (سُوکشم) اور لطیف اللطیف (کارن) تینوں پردوں سے مُبرّا ہوتی ہے اور نیچے کی کشِش نہیں ہوتی۔ نِچلی طرف کھینچنے والی زنجیروں کے کٹ جانے سے رُوح نہایت تیزی کے ساتھ چوتھے رُوحانی مقام کی طرف آگے بڑھتی ہے۔ چوتھے مقام میں پہُنچ کر رُوح کو جو کیفیت حاصِل ہوتی ہے اُسے سنت مت میں 'سوہنگ' کہا جاتا ہے یہ وہی کیفیت ہے جس کا آپ نے ذِکر کیا ہے۔ نفس اور مادّیت کے غِلاف اُتر جانے کی وجہ سے اپنی حقیقی صُورت اور پرماتما کے ساتھ اپنے اصل باہمی رِشتے کا عِلم ہو جانے کے بعد رُوح نہایت خُوشی سے 'سوہنگ' (میں وُہی ہوں) پُکار اُٹھتی ہے۔ کیونکہ اب اُسے معلُوم ہو جاتا ہے کہ وہ اور پرماتما در اصل ایک ہیں۔ پرماتما سمُندر ہے اور وہ اُس کی بُوند ہے۔ اِس طرح آپ خُود حقیقت کا مُشاہدہ کر سکتے ہیں اور سمجھ سکتے ہیں کہ اِن میں کوئی فرق نہیں ہے۔

سِمرن کے لئے دیئے گئے پانچ نام اُن وسیع مقامات کے حُکمرانوں کے نام ہیں جن میں سے گُزر کر رُوح سچ کھنڈ (مقامِ حق) میں داخِل ہوتی ہے۔ بتائے گئے طریقہ کے مُطابق اِن پانچ ناموں کے سِمرن کی مدد سے یکسُوئیت

حاصل ہو جاتی ہے لیکن رُوح کو اُوپر کھینچنے کا کام شبد کرتا ہے۔ شبد ہی رُوح کو ایک مقام سے دُوسرے مقام تک لے جاتا ہے اور آخر کار اُسے اصل مقام سچ کھنڈ میں پہنچا دیتا ہے۔

آپ نے جتنی ترقّی کی ہے، اُس سے بھی شبد سُنا جا سکتا ہے۔ لیکن ابھی یہ شبد آپ کی رُوح کو اُوپر کی طرف نہیں کھینچ سکتا۔ کیونکہ یہ ابھی جسم کے ساتھ بندھی ہُوئی ہے۔

اُمید ہے کہ آپ کو اپنے سوال کا جواب مل گیا ہوگا۔

82

وقت بدل رہا ہے اور بدلتا رہے گا۔ لیکن نام یعنی شبد کبھی نہیں بدلتا۔ نام کی رَو (دھارا) ہمیشہ ایک سی جاری رہتی ہے۔ بلکہ نام ہی وقت کو بدلتا ہے اور نام ہی سب تغیّر و تبدّل کا سرچشمہ ہے۔ جب تک ہم اپنی رُوح کو نام کے ساتھ نہیں جوڑتے ہم تبدیلی اور دُکھ سُکھ کے زیرِ اثر رہیں گے۔ اِس لئے سنت مہاتما ہمیں بار بار جسم کے نَو دروازوں کو خالی کر کے رُوح کو شبد دھن کے ساتھ وابستہ کرنے کی تلقین کرتے ہیں۔ جب ہم اُن کی ہدایت پر عمل کرتے ہیں اور رُوح جسم میں سے سمٹ کر باطن میں نام (شبد) کی لذّت سے مسرور ہوتی ہے تب ہماری قوّتِ برداشت اور رُوحانیت میں اِضافہ ہوتا ہے۔ جب ہم مادّیت کی فانی حدُود کو عبُور کر کے نام کی لافانی کیفیّت یعنی مقامِ حق میں پہنچ جاتے ہیں تو ہم آواگون کے چکّر سے نجات پا جاتے ہیں اور ہم لافانی سرُور کے مُستحق ہو جاتے ہیں۔

جس دِن ستگورُو نام دان بخشتے ہیں اُسی دِن سے کچھ ایسا غیبی اِنتظام کر دیتے ہیں کہ وہ انسان اپنے مُقدّر میں لکھے اعمال کا بھگتان بھی کرتا رہتا ہے اور سچ کھنڈ واپس پہنچنے کی تیاری بھی ہوتی رہتی ہے۔ اگر مُرید پیار اور

اعتماد کے ساتھ مرشد کے حکم میں رہتا ہوا ریاضت کرتا ہے اور دلی طور سے اُن کی تعلیم پر پابند رہتا ہے تو اُسے ابدی سکون حاصل ہوتا ہے۔ لیکن اگر وہ مرشد کے حکم کی تعمیل میں سستی یا لاپرواہی کرتا ہے تو وہ دُکھ سُکھ کی لہروں میں بہتا رہتا ہے اور فقط بوقتِ مصیبت ہی ستگورو کو یاد کرتا ہے تو بِلا شک اُسے اِس سے بھی فائدہ ہوتا ہے۔

ستگورو سے کبھی کوئی بھول نہیں ہوتی، وہ شبد مجسّم ہوتے ہیں۔ خدا خود مرشد کی صورت میں اِنسانی قالب میں آتا ہے۔ جب تک اِنسان نو دروازے خالی کر کے باطن میں ستگورو کا دِیدار نہیں کر لیتا، اُس کا تصوّر (دھیان) ادھورا رہتا ہے اور اِس کا ستگورو پر مکمّل بھروسہ بھی نہیں ہو پاتا۔

کیا کبھی کوئی ماں اپنے بچّے کو دُکھی دیکھنا چاہتی ہے؟ جب بچّہ بیمار ہوتا ہے تو ماں اُس کے رونے چیخنے کی پرواہ نہ کرتی ہوئی اُسے ڈاکٹر سے کڑوی دوائی بھی دِلواتی ہے۔ دراصل اُسے بچّے کی بہتری مطلوب ہے۔ آپ مایوس نہ ہوں، ذرا اپنے اندر جھانکنے کی کوشش کریں۔ ستگورو ہمیشہ آپ کے ہمراہ ہیں اور اُن کا پیار ہمیشہ بنا رہتا ہے۔

83

شبد، سِتارے اور نور سب اندر ہیں۔ جب نفس اُوپر کو اُٹھتا ہے تب اُس کو اندر شبد کی آواز سُنائی دیتی ہے اور نور بھی دِکھائی دیتا ہے۔ لیکن جب وہ منتشر ہو جاتا ہے تو نیچے گِر جاتا ہے۔ پھر اُسے نہ تو شبد سُنائی دیتا ہے اور نہ ہی نور دِکھائی دیتا ہے۔ اِس لئے جب تک مکمّل یکسوئیت نہیں ہوتی یعنی نفس اور رُوح پوری طرح سمٹ کر تیسرے تِل پر اِکٹھے نہیں ہوتے، نہ تو اندر شبد واضح طور پر لگاتار سُنائی دیتا ہے اور نہ ہی اِس راہ پر کسی طرح کی ترقّی

ہوتی ہے۔

رُوح اور نفس کے پھیلاؤ کو جسم میں سے سمیٹنا کوئی آسان کام نہیں ہے۔ یہ کام بہت آہستہ آہستہ ہوتا ہے اور اس کے لئے برسوں کی محنت درکار ہے۔ جب تک کسی اِنسان کو مُکمل یکسُوئیت حاصِل نہیں ہوجاتی جب تک اُس کے نفس کی ساری لہریں اندر اُس ایک نُقطے پر اکٹھی نہیں ہوجاتیں، اُس کا کسی دُوسرے شخص کی نسبت بھلائی کے بارے میں سوچنا یا سچّی سیوا کا خیال دِل میں لانا بالکُل غلط ہے۔ بِلاشک رُوحانی طور پر دُوسروں کی خِدمت کا جذبہ اپنی جگہ مُبارک ہے۔ لیکن دُوسروں کی بھلائی کرنے کے قابل ہونے سے پیشتر خُود رُوحانی طور پر ترقّی کرنا نہایت ضرُوری ہے۔ باطن میں شبد کا سُن لینا یا نُور کا دیکھ لینا ہی کافی نہیں ہے۔

مغربی ممالک کے باشندے بہت جلد نتائج کی اُمید رکھتے ہیں۔ نفس لاتعداد جنموں سے باہر بھٹکنے کا عادی ہے۔ اِس لئے اِس کی تربیت کچھ مہینوں یا برسوں کا کام نہیں ہے۔ جب تک نفس اندر رجُوع نہیں کرتا اور یہ اندر تیسرے تِل پر یکسُو نہیں ہوتا، اِنسان نہ تو اپنے پاؤں پر کھڑا ہی ہوتا ہے اور نہ ہی دُوسروں کی کوئی خاص مدد کر سکتا ہے۔

84

یہ بہت اچھی بات ہے کہ آپ مُرشد کو ہمیشہ یاد رکھتے ہیں۔ اِس گُناہوں سے بھری دُنیا میں مُرشد ہی ہمارا ایک سہارا ہے۔ اِس مادّی دُنیا اور برہم تک کی کائینات کا حاکم 'کال' ایک نہایت ظالِم مُنصِف ہے۔ وہ ہمارے گزشتہ اعمال کی جن کا ہمیں عِلم تک نہیں ہوتا سزا دیتا ہے۔ کال اعمال کا حِساب مانگتا ہے۔ اور اُسے اِس بات سے کوئی واسطہ نہیں کہ اُس سزا سے کسی کا کوئی سُدھار ہوگا یا نہیں۔ لیکن ہمارا ضمیر ہمیں بُرے کام کرنے سے روکتا ہے۔ ہوسکتا ہے

کہ ہمارا ضمیر گزشتہ جنموں میں گناہوں کے پھل اور دُکھ بھوگنے کے سبب پیدا ہُوا ہو۔ اگر گزشتہ جنموں کی یاد مکمل طور پر ختم نہ ہوتی تو دُنیا کا جاری رہنا ناممکن ہو جاتا۔

آپ دُنیا کی بُرائیوں اور خود غرضی کو دیکھ کر مایوس نہ ہوں۔ آپ اپنے مُرشد کی محبت اور اُس کے ذریعے ہو رہی سنبھال کے خیال سے خوش رہیں۔

85

آپ بھجن سمرن شروع کرنے سے بیشتر پندرہ منٹ تک مُرشد کی صورت کا دھیان کریں۔ پھر سمرن شروع کریں۔ اگر باطن میں مُرشد کی صورت یا کوئی ستارہ دِکھائی دے تو اُس پر اپنی توجہ مرکوز کریں۔ اور اگر کچھ بھی دِکھائی نہ دے تو اندر اندھیرے میں ہی اپنا خیال ٹکا کر سمرن کریں۔

86

آپ نے لکھا کہ زندگی کے سفر میں انسان تنہا ہے۔ آہستہ آہستہ جب آپ جسم کے نچلے حصّے کو خالی کرکے نفس کی راہ کو چھوڑ کر نام کی راہ پر آجائیں گے تو آپ کو محسوس ہوگا کہ آپ اکیلے یا بے سہارا نہیں ہیں۔ بلکہ آپ کا مُرشد ہمیشہ آپ کے ساتھ ہے اور آپ کا مستقل ساتھی ہے۔

آپ نے لکھا کہ موت سے ڈر لگتا ہے۔ جیسے جیسے جسم کو خالی کرکے اندر جانے کی مشق کریں گے، موت کا ڈر کم ہوتا جائے گا۔

جہاں تک دُنیاوی سازوسامان سے لگاؤ کو ترک کرنے میں مشکل کا سوال ہے، یہ لگاؤ بھی آہستہ آہستہ گھٹتا جائے گا۔ آپ کی روح جتنا اندر جائے گی یہ لگاؤ بھی اُتنا ہی کم ہوتا جائے گا۔ جو اپنے آپ کو اپنے جسم سے الگ کر لیتا ہے دراصل اپنے آپ کو دُنیا سے الگ کر لیتا ہے۔ یہی اصل تیاگ ہے۔

آپ کی شکایت ہے کہ آپ کا نفس بھجن کے دوران باہر بھٹکتا رہتا

ہے، اِسے روکیں۔ اگر نفس کو باطن میں کچھ دِکھائی دے خواہ وہ مُرشد کی صُورت ہو یا فقط اندھیرا ہی، اُسے ٹکٹکی لگا کر مُتواتر دیکھتے رہیں اور پانچ ناموں کا سمرن کرتے رہیں۔ نفس کو سکُون مِلے گا۔ اگر آپ سمرن کے دَوران توجہ کو یکسُو نہیں کرتے تو من بھٹکتا رہے گا۔ کیونکہ چنچلتا من کی فِطرت ہے۔

87

نہیں! آپ کو اپنی بُوڑھی بیمار والدہ کے کانوں میں آہستہ آہستہ بھی پانچ ناموں کی سرگوشی کی اِجازت نہیں ہے۔ کیونکہ وہ ست سنگی نہیں ہے۔ آپ اپنی والدہ کو حضوُر مہاراج بابا ساون سنگھ جی کی تصویر دِکھائیں۔

88

سمرن کے لئے آپ دو گھنٹے ایک ہی آسن پر بیٹھنے کی کوشش کریں اور سمرن کرتے ہوُئے توجہ تیسرے تِل میں رکھیں۔ ہوشیار رہیں کہ اُس وقت آپ کا نفس کِسی اور کام میں نہ اُلجھے۔ اگر آپ کچھ عرصہ اِس طرح اپنے نفس کو ساکِن کر کے سمرن میں لگائیں گے تو نفس اور رُوح جسم کے نچلے حِصّے کو خالی کر کے تیسرے تِل میں اِکٹھے ہونے لگیں گے۔ اگر ہاتھ پاؤں بے حِس (سُن) ہونے لگیں تو سمجھو کہ سمرن ٹھیک چل رہا ہے۔ جب تک شغل میں بیٹھیں نِشست (بیٹھک) نہ بدلیں۔ خبردار رہیں کہ من باہر نہ جائے اور کوئی دُوسری سوچ یا خیال پیدا نہ کرے۔ نفس کو اُس وقت فقط سمرن میں ہی مشغُول رکھنا چاہیئے۔ اِس طرح جب رُوح آہستہ آہستہ یکسُو ہو جائے گی تو آپ کو اپنے جسم کی سُدھ بُدھ نہیں رہے گی۔ لیکن باطن میں آپ مُکمل طوَر پر باخبر ہونگے، اور نفس پانچ نام کے سمرن میں محو ہو گا۔ اگر کوئی شخص بغیر سمرن کے بھی دو گھنٹے ایک ہی نِشست میں بیٹھا رہے تو اُس کی ٹانگیں بھی بے حِس ہونے لگیں گی۔ جب سمرن کا وقت پوُرا ہو جائے تو تلے

گئے آسن میں نِصف[1] گھنٹہ شبد دُھن کو سُنیں، جو بھی آواز آئے اُسے سُنتے رہیں۔

89

جب اندر دروازہ کُھلنا شُروع ہوتا ہے تو باطِن میں کئی طرح کے مناظر دِکھائی دینے لگتے ہیں۔ نیتجہ یہ ہوتا ہے کہ شاغِل سمرن کو چھوڑ کر اُن نظّاروں کو دیکھنے میں مشغُول ہوجاتا ہے۔ یہ بالکُل غلط ہے۔ جب کوئی منظر یا صُورت دِکھائی دے نہ تو سمرن چھوڑنا چاہیئے اور نہ ہی تصوّر (دھیان) کو تیسرے تِل سے مُنتشِر ہونے دینا چاہیئے، تبھی جسم خالی ہوگا اور شاغِل باطِن میں ٹِک سکے گا۔

90

راستے دو ہیں ـــــ نفس کا راستہ اور نام کا راستہ ـــــ نفس کے راستے پر چلتی ہُوئی رُوح تیسرے تِل سے نیچے اُتر کر نفس اور حواسِ خمسہ کی صُحبت میں دُنیا میں پھنس جاتی ہے۔ نام کے راستے پر چلتے ہُوئے وہ نفس کو حواس کی طرف سے موڑ کر اپنی ساری چیتنا کو تیسرے تِل میں یکسُو کرتی ہے اور وہاں شبد دھن کے ساتھ وابستہ ہوجاتی ہے جو اُسے بالائی رُوحانی طبقات میں لے جاتی ہے۔

91

خُوشی کی بات ہے کہ آپ بھجن سمرن میں نہایت تسلّی بخش ترقّی کر رہے ہیں۔ یہ ترقّی آپ کے گزشتہ جنموں کے نیک اعمال اور موجُودہ رویئے کی بدولت ہے۔ رُوحانی مُعاملات میں یہی مُناسب رویہ ہے۔ اِس سے اِنسان کے اندر انکساری

---

[1] شُروع شُروع میں دو گھنٹے سمرن کیلئے اور اِس کے فوراً بعد اُسکا ایک چوتھائی مُراد نصف گھنٹہ بھجن یعنی شبد کے سُننے کیلئے وقف کریں۔ لیکن جیسے جیسے شبد کی آواز زیادہ صاف اور واضح ہوتی جائے، اِس میں لُطف آنے لگے تو شبد کے سُننے یعنی بھجن کا وقت آہستہ آہستہ بڑھاتے چلے جائیں۔

پیدا ہوتی ہے اور نفس قابو میں آتا ہے۔

آپ کے مشاہدے غیر معمولی نہیں ہیں۔ یہ مشاہدے جڑ جسم اور چیتن رُوح کے درمیان چل رہی جد و جہد کو ظاہر کرتے ہیں۔ رُوح کو جسم کے الگ الگ حصّوں میں سے سمیٹ کر تیسرے تل میں لانے میں کئی بار جھٹکا لگتا ہے۔ یہ خُوشی کی بات ہے کہ آپ اِس مرحلے کو عبُور کر چکے ہیں۔ اب آپ نہایت آسانی سے اُوپر کی طرف اپنا رُوحانی سفر طے کر سکتے ہیں۔ جسم کا بے حِس (سُنّ) ہونا من کی یکسُوئیت کی وجہ سے چیتنا کے اُوپر کی طرف سمٹاؤ کا قُدرتی نتیجہ ہے۔ آپ خُوش قسمت ہیں کہ اِتنے تھوڑے عرصے میں آپ نے اِس قدر تسلّی بخش ترقّی کر لی ہے۔ اُوپر کی طرف کشِش بھی یکسُوئیت کی بدولت ہے اور جب مُکمّل یکسُوئیت حاصِل ہو جائے گی تو باطِن میں نُور دِکھائی دے گا۔ اور شبد دُھن بھی زیادہ واضح اور دِل کش ہوتی جائے گی۔

جو آواز آپ کئی برسوں سے سُنتے چلے آ رہے ہیں وہ شبد کی ہی آواز ہے جو گزشتہ جنموں کی رُوحانی ترقّی کے سبب سُنائی دیتی ہے۔ اِس کا کسی جِسمانی بیماری سے کوئی تعلق نہیں۔ یہی وجہ ہے کہ ڈاکٹر اِس کی وجہ نہیں سمجھ پائے۔

92

آہستہ آہستہ جسم کے بے حِس (سُنّ) ہونے میں اِضافہ اِس بات کا یقینی ثبُوت ہے کہ جسم خالی ہو رہا ہے۔ یہ ایک نہایت تسلّی بخش بات ہے۔ لیکن جِسے آپ بھجن سِمرن کے دَوران اندر ریڑھ کی ہڈّی کو ہِلا جُلا کر ٹھیک کرنا کہتے ہیں اُس کا سنت مت کے ساتھ کوئی تعلّق نہیں ہے۔ اِسے کِسی پچھلے جنم میں کی گئی خام یوگ سادھنا کے تاثرات (سنسکار) یا خوابیدہ رُجحانات کا بُرا اثر کہا جا سکتا ہے۔ بھجن کے دَوران جسم کا سُر تال میں جھُومنا بھی اِسی طرح

کے لاشعوری تاثرات کی بدولت ہے۔ مجھے خوشی ہے کہ آپ نے آخرکار اِس حالت کا مقابلہ کیا ہے اور یہی درست رویہ ہے۔

اگر آپ ثابت قدم رہیں گے اور بخوبی سمجھ لیں گے کہ ایک ہی نشست (بیٹھک) میں ہلے جُلے بغیر سمرن کے ذریعے چیتنا کو تیسرے تل میں یکسو کرنا ہی رُوحانی شغل کا ایک صحیح اور قدرتی طریقہ ہے تو جسم کا جھُولنا اپنے آپ بند ہو جائیگا۔ اور آپ کو بھجن میں پہلے کی طرح ہی خوشی اور لُطف کا احساس ہونے لگے گا۔

آپ اپنے دِل سے ہر طرح کے ڈر اور اندیشہ کو نکال دیں کہ آپ کسی بھُوت، چُڑیل یا کسی بُری طاقت کے دباؤ میں ہیں۔ اِس بارے میں آپ بالکل بے فکر اور بے خوف ہو جائیں۔ ۔ ۔ کی ایسی کوئی بات قبول نہ کرنا ہی درست تھا۔ ہاں اپنی صحت اور تندرُستی کے لئے آپ ڈاکٹروں کی ہدایت کے مطابق دوائی وغیرہ کا استعمال کر سکتے ہیں اور ٹیکے لگوا سکتے ہیں۔

آپ کسی قسم کے خوف یا ذہنی کمزوری کو اپنے نزدیک نہ آنے دیں۔ بلکہ مُرشد کی مُحافظ حقیقی قوّت پر مُکمّل یقین رکھیں۔ آپ پہلے کی طرح مصمّم ارادے کے ساتھ بھجن کرتے رہیں اور رُوحانی شغل کے دَوران نہ تو اپنے سر کو ہلنے دیں اور نہ ہی جسم میں اور کسی قسم کی حرکت ہونے دیں۔ آپ کا خط پاکر مجھے خوشی ہوگی۔

آپ کا باطن میں مشاہدہ صحیح ہے۔ یکسوئیت میں کمی یا اِضافہ ہونے سے آواز اور نُور میں بھی نِسبتاً کمی بیشی ہوتی رہتی ہے۔

93

مَیں نے آپ کا طویل خط پڑھا اور مجھے یہ جان کر خوشی ہُوئی کہ اب بھجن کے دَوران جسم کا کوئی بھی عضو ہلتا جُلتا نہیں ہے۔ آپ کو بہت تکلیف اور دماغی بے چینی برداشت کرنی پڑی۔ لیکن پھر بھی 'انت بھلا سو بھلا'

کبھی کبھار جو جھٹکا سا محسوس ہوتا ہے وہ بھی بند ہو جائے گا۔ آپ اِس طرف توجہ نہ دیں۔ افسوس ہے کہ جنھوں نے آپ کو رائے دی، اُنہیں خُود کو بھی پُورا علم نہیں تھا۔ جب بھی کوئی اندیشہ ہو تو مجھے خط لکھیں۔

پیشانی میں دباؤ اور دھڑکن کا احساس کوئی فِکر والی بات نہیں۔ لیکن جلدی ترقّی کے لئے آپ کو کسی طرح کا زور نہیں لگانا چاہیئے۔ بلکہ آرام سے تحمّل کے ساتھ سِمرن میں مشغُول رہنا چاہیئے۔ تیسرے تِل کا صحیح مقام یا نُقطہ بھی تلاش کرنے کی ضرُورت نہیں ہے۔ اِس سے یکسُوئیت میں خلل آتا ہے۔ جب مُکمل یکسوئیت ہو جائے گی تو رُوح خُود بخُود تیسرے تِل میں پہُنچ جائے گی۔ مایُوسی کی کوئی وجہ نہیں "سہج پکے سو میٹھا ہوئے۔" آہستہ آہستہ جِسم اور زیادہ سُن ہوتا جائے گا، اور شغل کی بدَولت زیادہ دیر تک ایسی حالت بنی رہے گی۔

آپ کی ترقّی بالکُل ٹھیک چل رہی ہے۔ اِس لئے مایُوسی یا فِکر کی کوئی گنجائش نہیں ہے۔ صُبح سویرے کا وقت یقیناً بھجن سِمرن کے لئے سب سے بہتر ہوتا ہے۔ اور اگر رات کے شرُوع میں وقت مِلتا ہو تب بھی بھجن میں بیٹھ سکتے ہیں۔ لیکن نیند اور خُوراک اِس قدر کم نہ کریں کہ آپ کو روزمرّہ کے کام کاج میں دِقّت پیش آئے اور اپنے آپ کو مُناسب آرام سے بھی محرُوم نہ رکھیں۔ لیکن جب مُکمّل یا لگ بھگ مُکمّل یکسُوئیت ہونے لگے اور آہستہ آہستہ شغل کا وقت بڑھانے کی آپ کو عادت ہو جائے گی تو نیند اپنے آپ کم ہو جائے گی اور جب تصوّر (دھیان) بغیر کسی کوشِش کے تیسرے تِل پر ٹِک جائے گا تو نہ نیند آئے گی اور نہ ہی کسی طرح کی کوئی تھکاوٹ محسُوس ہو گی۔

مَیں آپ کے جذبۂ محبّت اور لگن کی قدر کرتا ہُوں۔ آپ کو باطن میں

جو مشاہدے ہوئے ہیں اور آپ کی جو سنبھال ہوئی ہے وہ انہی اوصاف کی بدولت ہے۔ آپ کے تمام مشاہدے سچے ہیں۔ آپ بہت خوش نصیب ہیں کہ آپ کو یہ سب کچھ حاصل ہوا ہے۔

آپ نے لکھا ہے کہ جن پانچ دنوں میں آپ نے بھجن نہیں کیا تھا اُن دنوں آپ کو چمکتی ہوئی روشنیوں سے گھرا ہوا تیز سفید نور دکھائی دیا تھا۔ آپ کا یہ مشاہدہ بالکل صحیح تھا۔ اِسکی وجہ یہ ہے کہ آپ کی روح غیر شعوری طور پر تیسرے تل میں مرکوز تھی۔ رُوح کا اِس درمیانی سفید نور پر یکسو ہونا اور اُس کے ذریعے کشش بھی قدرتی امر تھا۔ اِس جوت (نور) کے جتنا نزدیک جائیں اُتنا ہی زیادہ یہ ہمیں اپنی طرف کھینچتی ہے۔ کیونکہ سُرت (رُوح) کو اُس کو چیر کر پار کرنا ہوتا ہے۔ آپ نے اِس کی کشش کا مقابلہ کر کے نقصان ہی اُٹھایا ہے۔ آپ کو چاہیئے تھا کہ نفس کو سمرن (ذکر) میں مشغول رکھتے اور آرام سے اُوپر کی طرف کھنچے چلے جاتے۔ پیار اور بھروسہ ہی بنیادی اوصاف ہیں۔

نوٹ: اگر کام کاج میں رکاوٹ نہ آتی ہو تو دِن بھر ساتھ ساتھ سمرن بھی کرتے رہنا چاہیئے۔ عام طور پر ایسا کرنے سے کام کاج میں کوئی رُکاوٹ نہیں پڑتی۔ لیکن شبد سُنتے وقت اپنی پوری توجہ شبد دُھن میں رکھیں۔ شبد باطن میں سر کی چوٹی سے شروع ہوتا ہے۔ کان میں اِس کے سُنائی دینے کا سبب یہ ہے کہ ہم کانوں کے ذریعے ہی آوازوں کو سُننے کے عادی ہو چکے ہیں۔

94

سب سے اہم بات یہ ہے کہ جب جسم کو آرام کی ضرورت ہو تو اِسے آرام دینا چاہیئے۔ نہ تو زبردستی کچھ کرنے کی کوشش کرنی چاہیئے اور نہ ہی کسی عضو سے ضرورت سے زیادہ کام لینا چاہیئے۔ تحمّل سے حاصل شدہ نتائج

مُستقِل ہوتے ہیں۔

چیتنا (احساسِ شعوری)، ہزاروں برسوں سے جسم کے نِچلے حِصّے میں رہتی چلی آرہی ہے۔ اِس کو نیچے کے چکروں سے اُوپر لانا کوئی آسان کام نہیں ہے یہ کام ایک دِن میں مُکمل نہیں کِیا جاسکتا۔ پیار اور بھروسے سے اِس کام میں بہُت مدد مِلتی ہے اور ترقّی بھی جلدی ہونے لگتی ہے۔

آپ کا کہنا ہے کہ جسم بوجھل سا رہتا ہے اور پیشانی میں کچھ محسُوس ہوتا ہے۔ یہ جسم پر ضرُورت سے زیادہ دباوٗ ڈالنے کے سبب ہے۔ خاص کر اُس وقت جب جسم کو آرام کی ضرُورت ہوتی ہے۔ ایسی حالت میں کِتاب وغیرہ نہ پڑھیں بلکہ لیٹ کر آرام کریں۔ اگر سمرن کو جی چاہے تو خیال کو جبراً اُوپر کھینچے بغیر خاموشی کے ساتھ آرام سے سمرن کرتے رہیں۔ جسم کو آرام ضرُور دیں... آپ کو یاد ہوگا کہ پچھلا مُشاہدہ آپ کو تب ہُوا تھا جب جسم کو آرام دِیا جارہا تھا۔

بہُت اچھّی بات ہے کہ آپ نے رُوحانی شغل میں قُدرتی اور صحیح طریقے سے چلنے کے اصُول کو قبُول کرلیا ہے۔ بھجن میں کامیابی کے لئے برسوں کی محنت درکار ہے اور اِس میں مایُوس ہونا یا بے صبری سے کام لینا ہرگز مُناسِب نہیں۔ آپ سب کچھ قُدرتی طور پر ہونے دیں، اندرُونی طاقت سے زبردستی نہیں کی جاسکتی۔

95

بِلاشک یہ نہایت تسلّی بخش خبر ہے کہ اب بھجن میں آپکی آنکھوں میں تھکان نہیں ہوتی اور ویسے بھی آپ ایسا محسُوس کرتے ہیں کہ آپ تیسرے تِل کے کافی نزدیک پہُنچ چُکے ہیں۔ آپ تیسرے تِل یا اِس نُقطے کو تلاش کرنے کی کوشش نہ کریں۔ جب مُکمل یکسوئیت کی حالت میں احساسِ شعُوری (چیتنا) سمٹ کر اُوپر آئے گا تو وہ اپنے آپ تیسرے تِل پر پہُنچ جائے گا۔

آرام لازمی ہے نہ صرف جسم کو بلکہ نفس (من) کو آرام دینا بھی ضروری ہے۔ آپ کی کوشش کے باوجود نفس پھر اُسی طرف رجوع کرتا ہے جس طرف سے آپ اُسے روکنا چاہتے ہیں۔ اِس طرح نفس (من) پھر پُرانی اُلجھن میں پھنس جاتا ہے۔ مکمل آرام نہ ملنے پر نفس اور حواسِ خمسہ اپنے پُرانے جانے پہچانے راستے کی طرف مائل ہو جاتے ہیں۔

آنکھوں پر کبھی بھی کِسی قِسم کا دباؤ نہ ڈالیں۔ جسم کے ہر ایک عضو کا جائز اور مناسب اِستعمال ہی کرنا چاہیئے۔ آپ کبھی کبھار تھوڑا بہت پڑھ لیا کریں۔ لیکن آنکھوں پر بوجھ ڈالنا ٹھیک نہیں۔ کپڑوں کی سِلائی جیسے مشینی کام کاج میں نفس کی شمولیت درکار ہوتی ہے۔ تھکان تب محسوس ہوتی ہے جب جسم کے ساتھ من بھی کام میں شامِل ہو۔ آپ کسی مسئلے کی بابت زیادہ نہ سوچا کریں۔ بال کی کھال اُتارنے کی کوشش میں نفس ہر وقت کسی نہ کسی اُلجھن میں کھویا رہتا ہے۔ جس سے مکمل آرام نہیں مِل پاتا۔

رادھا سوامی تعلیم کے پیروکاروں (ستسنگیوں) کے عِلاوہ دُوسرے رُوحانی راستے پر چلنے والے متلاشیان سے میل جول رکھنے میں کوئی پابندی نہیں ہے۔ لیکن اُن پر اپنے رُوحانی راز ظاہر نہیں کرنے چاہئیں...

آپ نے جو لکھا ہے وہ بلڈ پریشر نہیں ہے۔ اُس کے بارے میں ڈاکٹروں سے صلاح مشورہ کرنے کا کوئی فائدہ نہیں۔

مجھے آپ کی رُوحانی ترقّی کی بابت سُن کر بہت خوشی ہوئی ہے۔ آپ مجھے خط لکھنے میں جھجک محسوس نہ کریں۔ آپ جب چاہیں اور جیسا چاہیں طویل یا مختصر خط لکھ سکتے ہیں۔ جسم کا بےحِس (سُن) ہونا، خصوصاً کندھوں تک نہایت مبارک علامت ہے۔ آہستہ آہستہ سارا جسم سُن ہو جائے گا۔ کچھ کچھ درد کا محسوس ہونا لازمی ہے جو برداشت کرنا چاہیئے۔ پھر بھی آپ یہ

شغل آہستہ آہستہ کریں۔ اُتنا ہی جتنا کہ آسانی سے برداشت کر سکیں۔

96

مجھے یہ جان کر بہت خوشی ہوئی ہے کہ آپ نے بالکل صحیح رویہ اپنا لیا ہے۔ ہماری موجودہ زندگی میں ہمارے نفس کی رغبتیں، عادات اور دماغی رجحانات ہمارے گزشتہ جنموں کے اعمال کی عکاسی کرتے ہیں۔ ہماری رغبت، نفرت، پسند یا ناپسند کی جڑیں ہمارے دُور کے ماضی میں ہوتی ہیں۔ اِس اصلیت کو سمجھ کر ہمارا اِس دُنیا میں طرزِ عمل ایسا ہونا چاہیئے کہ ہم اِن سے مُتاثر نہ ہوتے ہوئے اپنے آپ کو اِن بندھنوں سے آزاد رکھیں۔ اِس کا صحیح طریقہ یہ ہے کہ ہم لاتعلق رہتے ہوئے اپنا فرض پُورا کرتے جائیں اور اُس کا نتیجہ مُرشد کی رضا پر چھوڑ دیں۔

سنت مت یعنی فُقرائے کامل کی تعلیم کے مُطابق آپ کے اندر قوتِ برداشت اپنے خاوند کی نسبت زیادہ ہونی چاہیئے۔ یہ اچھی بات ہے کہ آپ اپنی غلطی کو قبول کرتے ہوئے آئندہ کے لئے اُس سے بچنے کی کوشش کرتی ہیں۔ آپ اپنی غلطی کے بُرے نتیجے کو مِٹانے اور آگے کے لئے غلطی نہ کرنے کی ہر مُمکن کوشش کریں۔ خواہ آپ کے خاوند ناراض رہیں اور آپ کو آپ کی غلطی کا احساس دِلاتے رہیں۔ کیونکہ ایسا کرنے سے بھی اعمال کا سامنا کرنے اور اُن کے بُھگتان میں مدد مِلتی ہے۔ لیکن سب سے اہم بات یہ ہے کہ آپ اپنے بھجن سمرن کو زیادہ سے زیادہ وقت دیں اور یقین کریں کہ ستگورو اپنے پیارے ست سنگیوں کی زِندگی اور اُن کے اعمال پر بھی نظر رکھتے ہیں۔ یہ بھی یاد رکھیں کہ زِندگی میں بحث مباحثہ اور دلیل بازی ہی سب کچھ نہیں ہے۔ دُنیاوی بسراوقات میں خصوصاً خانگی زِندگی میں جذبہ ایک اہم درجہ رکھتا ہے۔ آپ دلیل بازی سے گُریز کریں تو حالات سُدھر جائیں گے۔

آپ کے خاوند ست سنگی نہ ہونے کی وجہ سے فلسفۂ اعمال کو نہیں سمجھتے۔ اِس لئے جب کبھی وہ مالی مُشکلات کی وجہ سے فِکر مند ہوتے ہیں تو وہ اُس سے مُتعلقہ ہر قِسم کی مُشکل کے لئے آپ کو قصور وار ٹھہراتے ہیں اور لڑتے جھگڑتے ہیں۔ لیکن آپ تو اصلیت سے بخوبی واقف ہیں۔ جب بھی ایسی صُورتِ حال کے پیشِ نظر آپ پریشان یا مایُوس ہوں تو آپ اپنی توجہ کو باطِن میں سِمرن میں لگائیں، اور شبد کو پکڑنے کی کوشش کریں۔ جب ہم دُنیا کی طرف سے دُکھی اور مایُوس ہوتے ہیں تو نفس کو اندر کی طرف موڑنا اور سکُون حاصِل کرنا زیادہ آسان ہو جاتا ہے۔

97

پیارے ستگورُو حضُور مہاراج[1] کی محترم، مقبُول اور معزّز پیاری سادھ سنگت جی! رادھا سوامی!

آپ کا نوازش نامہ مِلا، حالات سے آگاہی ہُوئی۔ آپ نے کئی بار ست سنگ میں حضُور مہاراج کی زبانِ مُبارک سے سُنا ہوگا:

کبیر سبھ تے ہم بُرے ہم تج بھلو سبھ کوئے
جن ایسا کر بُوجھیا میت ہمارا سوئے (آدگرنتھ، ص 1364)

سُنو بھائیو! اگر کوئی پاپی اور گُنہگار ہے تو داس ہے۔ کیونکہ بانی کہتی ہے:

جِس پیارے سِیو نیہہ تِس آگے مر چلیئے
دھرِگ جیون سنسار تا کے پاچھے جیونا (آدگرنتھ، ص 83)

---

[1] حضُور مہاراج بابا ساون سِنگھ جی نے 2 اپریل 1948ء کو اس عالمِ فانی سے رُخصت فرمائی۔ رُخصت ہونے سے پہلے ایک وصیت کے ذریعے آپ نے سردار بہادر جگت سنگھ جی کو اپنا جانشین مُقرّر فرمایا۔

لیکن حضور فرمایا کرتے تھے کہ سنت مت میں بڑائی حکم کی تعمیل میں ہے۔ مجھ میں توفیق نہیں کہ میں اُن کا حکم مان سکوں۔ یہ اُن کا اپنا ہی فضل و کرم ہے کہ وہ اپنا حکم منوا لیتے ہیں۔

نام کے بارے میں آپ نے جو سوال مجھ سے پوچھا ہے، اُس کے جواب میں، میں آپ سے کیا عرض کروں۔ حضور مہاراج جی کا ہی فرمان آپ کو لکھتا ہوں۔ ۱۰ جولائی 1944ء کے روز پاٹھی نے عرض کی: "سچے پادشاہ! بابا غریب داس جی کی بانی میں درج ہے کہ جب تک کسی کی پار برہم تک رسائی نہ ہو جائے، اُسے کسی کو نام نہیں دینا چاہیئے۔"

حضور مہاراج جی نے جواب دیا۔ "اصل میں نام تو سچ کھنڈ پہنچ کر ہی دینا چاہیئے اور وہ بھی تب جب گورو حکم دیں۔ ستگورو کے حکم کے بغیر لوگوں کا بوجھ اُٹھانا کوئی آسان کام نہیں ہے۔ میں بھی جن کو نام دیتا ہوں اُن کو باباجی کے حوالے کر دیتا ہوں۔"

جب پرم سنت مہاراج جی، آپ ہی ایسا حکم فرما گئے ہیں تو آگے سادھ سنگت خود حقیقت کا اندازہ لگا سکتی ہے۔ میں نے بھی نو مہینے نام دان نہیں دیا۔ حالانکہ حضور مہاراج جی خود اپنی زبانِ مبارک سے اپنی زندگی میں مجھے اِس کا حکم فرما گئے تھے، اور تحریراً بھی میرے لئے اپنا حکم چھوڑ گئے تھے۔ مجھ سے نو مہینے نام دان نہ دینے کی وجہ دریافت نہ کریں۔

مہر و کرم کے سرچشمہ ہمارے ستگورو کا یہ ڈیرہ ہمارے لئے نہایت مقدس مقام ہے۔ حضور باباجی مہاراج اور حضور بابا ساون سنگھ جی مہاراج نے ساٹھ پینسٹھ برس اِس جگہ پر بھجن کیا ہے۔ اور متلاشانِ حق کو نام کی بخشش کی ہے، جس کی بدولت یہ مقام نہایت پاکیزہ ہے۔ اب حضور مہاراج جی جو سادھ سنگت کی خدمت میرے ذمے لگا گئے ہیں، جب تک

وہ کروائیں گے اُن کے فضل و کرم سے کروں گا۔ جب بُلائیں گے اُٹھ کر چل دُوں گا۔ " کھلے آوہہ نانکا سدّے اُٹھے جاہہ " گھبرانے کی ضرورت نہیں۔ جو ستگورُو ہمیں پاکِستان کی آگ میں سے نِکال کر لائے۔ ہماری خاطر اپنی قُربانی دے گئے وہ ہر وقت ہماری سنبھال کر رہے ہَیں۔

جنم مرن دُہھو مہہ ناہی جَن پر اُپکاری آئے
جِیہ دان دے بھگتی لائین ہرِسئو لین مِلائے

(آدگرنتھ ، ص 749)

بھجن سمرن میں ناغہ نہ ہو۔ دُنیا میں واقع ہو رہے خوفناک حادثات تو آپ اپنی آنکھوں سے دیکھ ہی چُکے ہو، اور آئندہ کی کیا خبر ہے؟ جو بھجن سمرن ہم کرتے ہَیں ، اُس نے ہی ہمارے ساتھ جانا ہے۔ اور تو کیا جِس جسم کی ہم دِن رات پرورش کرتے ہَیں اُس نے بھی ہمارا ساتھ نہیں دینا۔ یہیں رہ جانا ہَے۔ ہمارا اپنا یہاں کُچھ بھی نہیں ہَے۔ فقط دو چیزیں اپنی ہَیں — ایک ستگورُو ، دُوسرا نام — اِن دونوں کے ساتھ ہی ہمارا پیار نہیں ہَے۔ من لگے نہ لگے ، رُوحانی شغل کے لئے بِلا ناغہ وقت دیں۔ سمرن کے دَوران نفس کو ٹِکا کر مہاراج جی کی صُورت کو اپنی پیشانی میں ساکن کرنے کی ہر روز کوشِش کریں۔ آہِستہ آہِستہ نفس مان جائے گا۔ یہ کام جلد بازی کا نہیں ہَے۔ اِس کے لئے برسوں کی محنت درکار ہَے۔

باب چہارم

رُوحانی گُلدستہ

بات چیت میں سے

کچھ چُنے ہُوئے اہم نُکتے

1

فقط نام پا لینے سے کوئی شخص ست سنگی نہیں بن جاتا۔ ست سنگی کو اپنی زِندگی سنت مت کے سانچے میں ڈھالنا چاہیئے۔ اُس کی ہر سوچ، ہر گُفتگو، ہر فعل سنت مت کے اصُولوں کے مُطابِق ہونے چاہئیں۔ زبانی جمع خرچ سے طریقِ عمل کہیں زیادہ ضرُوری ہے۔ سوچ وِچار کی طاقت تو اور بھی زیادہ وقعت رکھتی ہے۔ ست سنگی کا روزمرہ کا جیون اور رہن سہن نہایت پاک صاف ہونا چاہیئے۔ اُس کی رہنی سے ہی یہ ظاہر ہو کہ وہ سچ مُچ کسی مُرشدِ کامل کا مُرید ہے۔

2

رتّی بھر ابھیاس (شغل) من بھر عِلم سے کہیں بہتر ہے۔ سنت مت کے اصُولوں کا عِلم حاصِل کر لینا کِس کام کا، اگر اُن کے مُطابِق ہماری رہنی نہ ہو؟ عمل اور ابھیاس سے خالی ایک عالِم اُس جانور کی طرح ہے، جِس کی پیٹھ پر کِتابوں کا بوجھ لدا ہو۔ اُپدیش دینے کی نِسبت عمل اور ابھیاس

ہزار گنا بہتر ہے۔

اُپدیش دینے کی بجائے مِثال بن کر جینا یعنی نصیحت کی نسبت نظیر پیش کرنا زیادہ اچھا ہے۔ لنکا کا راجہ راون فقط ایک عالم ہی نہیں تھا بلکہ ویدوں کا سب سے بڑا ٹیکا کار پنڈت بھی تھا۔ مگر اُس کے کردار نے اُس کے اعلےٰ عِلم کو جھوٹا ثابت کر دِیا۔ کیونکہ وہ دُوسرے کی عورت کو اغوا کرنے کی گھٹیا حرکت پر اُتر آیا تھا، جِس کا نتیجہ یہ ہُوا کہ اُس کا سارا خاندان ہی تباہ ہوگیا۔

3

رُوحانیت میں ترقّی حاصِل کرنے کے لئے دِل کا پاک صَاف ہونا نہایت ضرُوری ہے۔ ایک بادشاہ سے گندی کوٹھڑی میں داخل ہونے کی اُمید نہیں کی جاسکتی۔ جب ایک کُتّا بھی کِسی مَیلی کُچیلی جگہ پر نہیں بیٹھتا تو اُس کُل مالِک سے کیسے اُمید کی جاسکتی ہے کہ وہ کام، کرودھ، لوبھ، موہ اور اہنکار سے بھرے غلیظ اور ناپاک دِل میں داخل ہو۔

4

ہمارا وجُود زِندہ پرماتما کا مندر ہے۔ اِسے گوشت، انڈے اور شراب وغیرہ کے اِستعمال سے پلید نہیں کرنا چاہیئے اور نہ ہی اِسے جھُوٹ، کام، کرودھ، لوبھ، نفرت، تکبّر اور دُنیاوی لگاؤ کا شِکار ہونے دینا چاہیئے۔ اِس مندر کو اِن تمام غلاظتوں سے پاک صاف کر کے اُس مالِکِ کُل کے رہنے کے قابِل بنانا چاہیئے۔

5

کبھی کِسی کا دِل نہ دُکھاؤ۔ یہ ایسا گُناہ ہے، جِسے خُود مالِک بھی مُعاف نہیں کرتا۔ یہ رُوحانیت کی جڑ ہی کاٹ دیتا ہے۔ ہمیں اپنے خیالات کو

دُوسروں پر نہیں تھوپنا چاہیئے۔ ہمیشہ اِنکساری سے کام لینا چاہیئے اور میٹھے بول بولنا چاہیئے۔ مشہور مُسلمان فقیر شیخ فرید کا قول ہے:

جے تنُو پریا دی سِک ہیاؤ نہ ٹھاہے کہی دا

(آدگرنتھ، ص 1384)

(اے فرید! اگر محبُوبِ حقیقی سے وِصال مطلوب ہے تو کسی کا دِل نہ دُکھا)

فریدا جو تے مارن مُکیاں تِنہا نہ مارے گھُم
آنپڑے گھر جائیے پَیر تِنہا دے چُم

(آدگرنتھ، ص 1378)

(اگر لوگ تُجھے مُکے مارتے ہیں تو بدلے میں اُنہیں نہ مار، بلکہ اُن کے پاؤں چُوم کر اپنے گھر کی راہ لے)

6

ہمارا اندرُونی سفر ڈاکوُؤں سے گھِرا ہُوا ہے۔ اِن میں سے سب سے بدتر ہے شہوانی خواہش (کام واسنا)۔ یہ چیتن مایا میٹھی بن کر ہمیں لُوٹ لیتی ہے۔ اِس بہُت بڑے خطرے سے ہوشیار رہو۔ جب بھی من میں شہوانی اُکساہٹ پیدا ہو، ایک سپاہی کی طرح ہوشیار اور باخبر ہو کر ڈٹ جاؤ، اُس کا مُقابلہ کرو۔ اُس وقت اپنی توجہ کو تیسرے تِل پر ٹِکا کر اپنے آپ کو مُرشد کی صُورت کے پیچھے چُھپا لو۔ اپنے آپ کو اِس کوٹھڑی کے اندر بند کر لو۔ رُوحانیت کے نُقطۂ نظر سے اِس خطرے سے اپنے آپ کو محفُوظ رکھنے کا بس یہی ایک طریقہ ہے۔ ہِمّت اور مضبُوطی کے ساتھ من کا مُقابلہ کرو، من سے کبھی ہار نہ مانو۔ اور نہ ہی اِس کے سامنے کبھی ہتھیار ڈالو۔ دُشمن کے سامنے جُھک کر کبھی فتح حاصِل نہیں کر سکتے۔ من کے مُنہ پر زوردار طمانچہ لگاؤ۔

7

بُزدلوں کی کبھی جیت نہیں ہوتی۔ سنت مت میں قدم رکھنا بہادروں کا کام ہے۔ وہ محبوبِ حقیقی کو نذر کرنے کے لئے اپنا سر ہتھیلی پر رکھ کر میدان میں اُترتے ہیں۔ قلعے یعنی بارگاہِ حقیقی میں داخل ہونے کیلئے کوئی بھی قربانی بڑی نہیں ہے۔

سوہنی کو مہیوال سے محبت تھی۔ سوہنی اُسے مِلنے کے لئے مٹّی کے گھڑے کے سہارے دریا کو پار کر کے جاتی تھی۔ ایک بار کسی نے اُس گھڑے کی جگہ کچّا گھڑا رکھ دیا۔ دریا طُغیانی پر تھا۔ سوہنی بخُوبی جانتی تھی کہ دریا کو پار کرنے کی کوشش موت کو دعوت دینا ہے۔ مگر وہ پیچھے نہیں ہٹی۔ اُس نے ہنستے ہنستے پیار کے لئے اپنی جان قُربان کر دی۔ پرماتما کے پیار میں ہمیں اُس بے خوف عورت کی مِثال اپنانا چاہیئے۔ اپنے بھجن سمرن میں پختہ اور ثابت قدم رہو۔ بھجن میں مُستقل مزاجی کے ساتھ ڈٹے رہو اور بدن میں ذرا سا درد ہونے پر اُٹھو نہیں۔ یہ درد دراصل جسم رُوپی قبر میں سے جسے تم اِس قدر بنا سنوار کر رکھتے ہو، رُوح کے سمٹاؤ کی نشانی ہے۔

8

اگر سنتوں کی راہ پر چلنا چاہتے ہو تو اپنا تن من اور دھن قُربان کرنے کے لئے تیّار رہو۔ اپنی خواہشات پر روک لگاؤ۔ دُنیا کے لگاؤ اور محبّت کو ترک کرو۔ طعنے مہنے، نِندا وغیرہ کو برداشت کرنے کے لئے تیّار رہو۔ اگر اِس اصُول کے مُطابِق اپنے آپ کو نہیں ڈھال سکتے تو کامیابی کی اُمید نہ رکھو۔ یاد رکھو کہ دُنیا میں کوئی بھی چیز اُس کی پُوری قیمت ادا کئے بغیر نہ تو حاصِل کی جا سکتی ہے اور نہ ہی کبھی حاصِل ہو گی۔ صِرف احمق ہی قیمت ادا کئے بغیر کچھ پا لینے کی اُمید رکھتا ہے۔ جو یہ سمجھتا ہے کہ اُس نے بغیر قیمت چُکائے کچھ حاصِل کر لیا ہے۔ اُس نے دراصل

ایک نئے قرضے کا بوجھ اُٹھا لیا ہے۔ جب تک اِس دُنیا میں اُس کے ذِمّے ایک بھی پائی بقایا ہے، اُس کی ادائیگی کے لئے اُسے واپس یہیں آنا پڑے گا۔ ہم جو کچھ بھی پاتے ہیں، اُس کی قیمت ادا کرنی ہی پڑے گی۔ یہ قانُون اٹل ہے۔ اِس سے کوئی بچ نہیں سکتا۔ یہ بُھگتان نقد پیسے سے، کسی شئے سے یا پھر اپنے نیک اعمال کے کچھ حِصّے سے ہی ہو سکتا ہے لیکن بُھگتان تو کرنا ہی ہوگا۔

محنت کے بغیر کچھ حاصِل نہیں ہوتا۔ سُکھ کی قیمت دُکھ ہے۔ سونا آپ کان کو کھود کر ہی نِکال سکتے ہیں۔ موتی حاصِل کرنے کے لئے گہرے سمندر میں غوطہ لگانا ہی پڑتا ہے۔ بغیر درد کے کوئی بچّہ پیدا نہیں ہو سکتا۔ دُنیاوی خواہشات کی تکمیل کے لئے اِنسان کیا کیا قُربانیاں نہیں دیتا۔ تو پھر پُوری قیمت چُکائے بغیر آپ پرماتما کو پالینے کی اُمید کیسے کر سکتے ہیں؟ اِس کے لئے آپ کو لگاتار سخت محنت کرنی پڑے گی۔ کم کھانا، کم بولنا اور کم سونا ہوگا۔ زیادہ سماجک میل جول اور چمک دمک سے گُریز کرنا ہوگا۔ نفس میں حلیمی اور عاجزی پیدا کرنی ہوگی۔ حواسِ خمسہ پر قابُو پانا ہوگا۔ آپ کی تمام خواہشات نابُود ہو جانی چاہئیں۔ فقط مالِک سے مِلاپ کی خواہش ہی باقی رہنی چاہیئے۔ اِس تنگ گلی میں دو کے لئے جگہ نہیں ہے۔ فقط ایک کے لئے ہی گنجائش ہے۔ یا تو پرماتما کے لئے یا دُنیا کے لئے۔ اگر مالکِ کُل کو پانا چاہتے ہو تو باقی سب کچھ چھوڑنا ہوگا۔ اگر ایسا نہیں کر سکتے تو رُوحانیت کا خیال چھوڑ دیں۔ مالِک اور اُس کی محبّت کا ذِکر ہونٹوں پر نہ لائیں۔ آپ اُسے دھوکا نہیں دے سکتے۔ آپ اپنے آپ کو دھوکا دے سکتے ہیں کِسی اور کو نہیں۔

9

رُوحانیت کی راہ میں کامیابی کا گُر ہے ــــ بھجن، زیادہ بھجن، اور زیادہ بھجن ــــ فقط تین گھنٹے کے بھجن سے دُنیاوی پلڑا ہی بھاری رہتا

ہے۔ آپ کو مُکمّل طور پر صرف مالک کے خیال میں ہی ڈُوبے رہنا چاہیئے۔ آپ خواہ کسی بھی کام میں مشغُول ہوں، آپ کی توجہ دِن بھر تیسرے تِل میں مالِک کی طرف ہی لگی رہنی چاہیئے۔ چوبیس گھنٹے مالِک سے مِلنے کی گہری تمنّا، بیتابی اور اُس کی جُدائی کی شدید تڑپ بیدار رہنی چاہیئے۔ کھاتے پیتے، چلتے پھرتے، سوتے جاگتے، ہر لمحہ اُس کا نام ہونٹوں پر اور اُس کی صُورت آنکھوں میں بسی رہنی چاہیئے۔

لاتعداد جگوُں سے ہم مالِک سے بچھڑ کر باہر بے لگام آوارہ بھٹک رہے ہیں۔ ہم من اور مایا کی زنجیروں میں اِس قدر جکڑے ہُوئے ہیں کہ ہم مالِک کو بالکُل بھُول گئے ہیں۔ ہمیں یہ بھی خبر نہیں رہی کہ ہم مالِک کا جزو ہیں۔ ہمیں اندر باہر مُکمّل بدلاؤ کی ضرُورت ہے۔ ہمیں اپنے من سے صاف کہہ دینا ہوگا کہ پچھلے ہزاروں جنموں سے ہم اُس کے حُکم کے مُطابق چلتے آئے ہیں لیکن اب ہم نے پکّا فیصلہ کر لیا ہے کہ یہ جنم فقط خُدا کی عِبادت کے لئے وقف کر دیں۔ ہماری فُرصت کا ہر ایک لمحہ اُس کے بھجن سمرن میں صَرف ہونا چاہیئے۔ اب ہمارا سارا وقت مالِک کے سپُرد ہونا چاہیئے۔

10

نوجوان سادھو (ست سنگی) ایک نوجوان بیوہ کی مانند ہوتا ہے۔ دونوں کو ایک قلعے کے اندر رہنا چاہیئے۔ آپ کا قلعہ آپ کا ستگورو ہے۔ ہردم اُن کی پناہ میں رہیں۔ اُن کے حُکم کے خِلاف کبھی قدم نہ اُٹھائیں ہمیشہ اُن کی تعلیم اور حُکم کی چار دِیواری میں رہیں۔ اُن کی پناہ، اُنکی اوٹ لے لیں، اُنھیں اپنا واحِد مُحافِظ بنالیں۔ تب آپ کا کوئی نُقصان نہیں ہوسکتا۔ اُس قلعے میں رہنے کے لئے ایک حِفاظتی کوٹھڑی تعمیر کریں، جس کی چار دِیواریں ہوں: 1. مون، 2. کم کھانا، 3. کم سونا، 4. ایکانت

یا اکیلے رہنا۔

1. **مَون** (خاموشی) بات چیت میں کافی جسمانی اور رُوحانی قُوّت صرف ہوتی ہے۔ 'مون' ایک بہت بڑی خُوبی ہے۔ کم سے کم بولیں۔ جب بہت ضرُوری ہو، تبھی مُنہ کھولیں اور جب بولنا ضرُوری ہو تو نہایت حلیم اور شیریں لہجہ اِختیار کریں۔ کبھی بھی کسی بات پر غُصّے کا اِظہار نہ کریں۔ دُنیا کو چلانے کی ذِمّہ داری آپ کے کندھوں پر نہیں ہے۔ اِسے اُسی کے لئے چھوڑ دیں، جس کا یہ کام ہے۔ اگر کوئی شخص ناسمجھی کا برتاؤ کرتا ہے تو یہ ضرُوری نہیں کہ آپ اُس کی نقل کریں یا اُس کا ڈھنگ اپنائیں۔ زبان دو دھاری تلوار ہے، اِسے اپنے قابُو میں رکھیں۔

2. **کم کھانا** اِس کا تعلّق بھی زبان سے ہے۔ ہم ضرُورت سے زیادہ کھا لیتے ہیں۔ کیونکہ کھانے میں ہماری زبان کو لُطف آتا ہے۔ ہمیں فقط اُتنا ہی کھانا چاہیئے۔ جِتنا زِندہ رہنے کیلئے ضرُوری ہے۔ ہمیں خُدا کی عِبادت کی غرض سے زِندہ رہنے کے لئے کھانا چاہیئے۔ کھانے کے لئے نہیں جِینا چاہیئے۔ جیسا کہ کُچھ لوگ سوچتے ہیں۔ کم کھانے سے اِنسان فرِشتہ اور زیادہ کھانے سے جانور بن جاتا ہے۔ زیادہ کھانے اور زیادہ نیند لینے سے اِنسان بارگاہِ الٰہی سے دُور ہو جاتا ہے۔ کھانے اور سونے کا لُطف ہماری اندر کی آنکھ کو دُھندلا کر دیتا ہے۔

"اپنے پیٹ کو خالی رکھ
تاکہ خُدا تُمہیں اپنی محبّت سے بھرپُور کر دے
اپنا مُنہ بند کر لے، تاکہ خُدا تیری آنکھیں کھول دے۔"

3. کم سونا: نیند اور کھانے کا آپس میں تعلق ہے۔ زیادہ کھانے سے ہمیشہ سستی اور نیند آتی ہے۔ زیادہ کھانا ہمیں کاہل بنا دیتا ہے۔ جتنا ہم کم سوئیں گے اُتنی ہی زیادہ رُوحانی ترقی کر سکیں گے۔ ہم جتنا سوتے ہیں، اُتنی نیند کی ہمیں ضرورت نہیں۔ رات میں کچھ گھنٹوں کی نیند ہی کافی ہوتی ہے۔ اِس سے ہماری رُوحانی ترقی ہوتی ہے۔

4. ایکانت (تنہائی یعنی جہاں تک ہو سکے اکیلے رہنا) رُوحانیت کے شاغل کے لئے جس قدر ممکن ہو اکیلے رہنا ضروری ہے۔ لوگوں کا میل جول ہمیں نفس کی سطح پر لے آتا ہے۔ ہماری کوشش کو گورمت (مرشد کی تعلیم اور اُس کے بتائے ہوئے راستے) پر چلنے کی ہے۔ "لوگوں سے دُور بھاگ اور اپنے آپ سے اُوپر دیکھ۔"

11

ایک ست سنگی نے بھجن کے وقت نیند آنے کی شکایت کی۔ مہاراج جی نے فرمایا، "شاغل کو اِس موقعے سے فائدہ اُٹھانا چاہیئے۔ جب اُسے نیند آنے لگتی ہے، اُس وقت نفس کا رُجحان قُدرتی طور پر تیسرے تل کی طرف ہوتا ہے۔ اِس لئے اِس نیند جیسی کیفیت کا خیر مقدم کرو۔ لیکن سو نہیں جاؤ۔ بھجن کے وقت نیند جیسی حالت کا اِحساس ہو سکتا ہے، لیکن سونا نہیں چاہیئے، جاگتے رہو۔ نفس اور حواس کے اِس قُدرتی رُجحان کا فائدہ اُٹھاؤ۔ اور تیسرے تل میں آجاؤ۔ یہ "جاگرت نِندرا" (بیداری کی حالت میں نیند جیسی حالت) کی کیفیت جس میں ہم نہ تو سوتے ہیں نہ جاگتے ہیں، نہایت لُطف آمیز ہوتی ہے۔ کچھ روز اِس کی مشق کر کے دیکھو کہ یہ رُوحانی ترقی میں

کِس قدر مددگار ثابت ہوتی ہے۔ لیکن اِس میں ہوشیار رہنا ضروری ہے کہ آپ نہ تو سو جائیں اور نہ ہی مکمّل طور پر بیدار رہیں۔ اِس حالت میں ہمارا من برہمنڈی من کے ساتھ ایک ہو جاتا ہے۔ اور کئی نظارے اور مناظِر کا مشاہدہ کرتا ہے۔
"بھجن کرتے وقت یا بھجن کے فوراً بعد سونا نہیں چاہیئے۔"

12

ایک ست سنگی سے جو نوکری سے ریٹائر ہو کر پنشن پا کر آیا تھا۔ مہاراج جی[1] نے فرمایا، "اِس دِن کو اپنی زِندگی کا بہت خُوش قِسمت دِن سمجھو۔ آپ نے اپنا فرض نہایت خُوش اسلُوبی سے ادا کیا۔ آپ کی تمام دُنیاوی ذِمّہ داریاں اور فرائض پُورے ہو گئے۔ اب آپ کو اپنے لِئے بھی کُچھ کرنا چاہیئے۔ آج تک آپ دُوسروں کا کام کرتے رہے ہیں۔ اب اپنا کام کیجیے۔ آپ کو اپنے دِل سے تمام دُنیاوی خواہشات کو نِکال دینا چاہیئے۔ اپنے نفس (من) سے کہہ دو کہ تُو دُنیا میں اپنی بازی کھیل چُکا ہے، اب خُدا کے نام کی بازی کا آغاز ہے۔ اپنے آپ کو خاندان، اولاد، ہاٹ حویلی، دھن دولت، عِزّت مان، قوم، مُلک، غرضیکہ تمام دُنیاوی تعلّقات سے پیچھے ہٹا لیں۔ اپنے نفس کو ایسی کیفیت میں لائیں کہ اِن کا ہونا یا نہ ہونا آپ پر اثر انداز نہ ہو۔ اب اپنا پُورا دھیان، سب سوچ وِچار اور سارا وقت پرماتما کی طرف لگا دیں۔ اب اُسی کے ہی ہو جائیں مالِک کے سِوا باقی تمام چیزوں کا خیال اپنے من سے نِکال دیں۔ دِن رات بھجن سِمرن کا فِکر کریں، اور کِسی چیز کا نہیں۔ محنت کریں۔ بے دھڑک اور بے خُوف ہو کر نفس کے ساتھ لڑیں۔ ستگُورو آپ کے ساتھ ہیں۔ اُن کی مدد سے نفس کو اپنے قابُو میں کرلیں۔"

---

[1] مُراد حضُور بڑے مہاراج، بابا ساون سنگھ جی۔

13

ہماری خُوراک کا ہم پر بہت اثر پڑتا ہے۔ یہ پُرانی کہاوتیں ہیں لیکن بالکل سچ ہیں ــــ 'جیسا آہار، ویسا وِچار' اور 'جیسا اَن ویسا من' ــــ راجسک[1] اور تامسک[2] خُوراک سے بُرے خیالات پیدا ہوتے ہیں۔ ساتوِک[3] غذا سے پاک صاف وِچار پیدا ہوتے ہیں۔ پاک صاف خیالات سے اچھّا چال چلن بنتا ہے۔ اور پرماتما کے پیار کے لئے اچھّے چال چلن کا ہونا نہایت ضروری ہے پرماتما کے پیار کے بغیر رُوحانی ترقی ہرگز نہیں ہو سکتی۔

ہمیشہ پاک ساتوِک غذا کا اِستعمال کریں۔ ساتوِک خُوراک بھی حق حلال کی کمائی پر مبنی ہونی چاہیئے اور اُس میں سے بُزرگوں اور دُوسرے سب لوگوں کو اُن کا مُناسِب حِصّہ دے دینا چاہیئے، کھانا سادہ اور ہلکا ہونا چاہیئے اور

---

[1] راجسِک ــــ غذا ہمارے نفس کو بہت چنچل بنا کر اُسے دُنیا کی جانب زیادہ مائل کرتی ہے۔ اِس میں گوشت، انڈے، مچھلی، کیسر، پیپٹری، نمک، مرچ، مصالحے وغیرہ اور سب اُکساہٹ پیدا کرنے والی اشیاء جیسے چائے، کافی، گرم دُودھ اور زیادہ مقدار میں کھانا شامل ہے۔

[2] تامسِک ــــ غذا ہمارے اندر سُستی، کاہلی، غُصّہ وغیرہ پیدا کرتی ہے۔ اِس میں گوشت، شراب، تمباکو، نشیلی چیزیں، بھاری اور باسی خوراک وغیرہ شامل ہیں۔ دراصل کسی بھی غذا کی زیادہ مقدار تامسِک اثرات رکھتی ہے۔

[3] ساتوِک خُوراک ہمارے نفس کو پُرسکون رکھتی ہے اِس سے پاک خیالات پیدا ہوتے ہیں۔ اِس میں پھل، سبزیات، دُودھ (کم مقدار میں اور زیادہ گرم نہیں) مکھن، پنیر وغیرہ دُودھ سے تیّار اشیاء، شہد، بادام، جَو، دالیں، چاول وغیرہ شامل ہیں۔ اِس میں سب سادہ اور ہلکی چیزیں آتی ہیں۔ اگر تھوڑی مقدار میں کھائی جائیں۔

اُسے خُوشی خُوشی کھانا چاہیئے۔ کم کھانا چاہیئے اور کھانا شرُوع کرنے سے پہلے اُس پرورِدگار کا شُکر گُزار ہونا چاہیئے۔

14

ناپاک خیالات رُوحانی ترقّی میں زبردست رُکاوٹ ہوتے ہیں۔ ایسے خیالات زہر کی مُوافق ہوتے ہیں۔ ہمیشہ ہوشیار اور خبردار رہو۔ بُرے خیالات سے اپنے من کو موڑ لو۔ اگر پھُنسی کو کھُجلاؤ گے تو وہ بڑھ کر ایک دِن زہریلے مواد سے بھرا پھوڑا بن جائے گا۔

15

اپنے من کو ہمیشہ سِمرن میں لگائے رکھو۔ کیا اِس میں کچھ خرچ ہوتا ہے؟ ہر وقت نام کا سِمرن کرتے رہو۔ جیسے چھوٹے بچّے ایک، دو، تین، چار دُہراتے رہتے ہیں۔ سِمرن ایک بہت بڑی طاقت ہے۔ فقط سِمرن کے ذریعے ہی ہمارے اندر مضبُوط قوّتِ اِرادی پیدا ہو سکتی ہے۔ سِمرن تحمّل اور مُستقِل مزاجی کے ساتھ بِنا رُکے کرتے رہنا چاہیئے۔ یہ لگاتار بِنا رُکے اور اٹُوٹ چلتا رہنا چاہیئے۔

16

ایک سَت سنگی نے شِکایت کی، "مہاراج جی! میرا من مُجھے بھجن میں نہیں بیٹھنے دیتا۔ اور جب میں بیٹھتا ہُوں تو یہ سِمرن بھُلا دیتا ہے!"

مہاراج جی مُسکرائے اور بولے، "اچھّا تو آپ کا من اور کیا کرے؟ وہ تو بڑی اِیمانداری اور وفاداری سے اپنا فرض نبھا رہا ہے۔ کیا آپ کو بھی اپنا فرض ادا نہیں کرنا چاہیئے؟ پُوری طاقت سے اپنے نفس کا مُقابلہ کریں۔ اِس حالت میں نفس اور رُوح کے درمیان ایک زبردست جدوجہد ہے۔ نفس کو ذرا بھی چھُوٹ نہ دیں۔ سب سے اچھّا طریقہ تو یہ ہے کہ پہلے

آپ ہی من پر دھاوا بول دیں اور اُس پر چوٹ کرتے رہیں تاکہ اُسے بدلے میں کبھی حملہ کرنے کا موقعہ ہی نہ ملے۔

17

توجہ کو مکمّل طور پر تیسرے تل (نقطۂ سویدا) پر یکسُو کر کے بھجن کرنا چاہیئے۔ دھیان یا توجہ کے ساتھ ہی سمرن کیا جانا چاہیئے اور اُس وقت جسم، نفس اور زبان بالکل ساکن، قوّتِ باصرہ (دیکھنے کی طاقت) اور قوّتِ سامعہ (سُننے کی طاقت) بالکل بے حس و حرکت رہنی چاہئیں۔

18

ست سنگیوں کو سوچنے کی، بلکہ صحیح ڈھنگ سے سوچنے کی عادت ڈالنی چاہیئے۔ بہُت کم لوگ ہیں جو سوچتے ہیں۔ ہمیں غُصّہ کیوں آتا ہے؟ کیونکہ ہم سوچ سمجھ سے کام نہیں لیتے۔ لوگ شہوانی خواہش کا شکار کیوں ہوجاتے ہیں؟ کیونکہ وہ سوچتے نہیں۔ ایک ماں اپنے بیٹے کی موت پر کیوں روتی ہے؟ کئی لوگ دَولت یا ہاٹ حویلی، مال وزر کے نُقصان پر خُودکشی کیوں کر لیتے ہیں؟ کیونکہ وہ سوچتے نہیں۔ صحیح سوچ کا قائم ہونا نوّے فی صد شغل یعنی عبادت ہے۔ یہ ایک خُدا داد عطیہ ہے اور تھوڑی سی مشق سے حاصِل کیا جاسکتا ہے۔ ہم کئی کام سوچے سمجھے بغیر اچانک کر بیٹھتے ہیں۔ ہمیشہ ٹھنڈے دِل سے وِچار کریں۔ اگر آپ کو اِس بات کا عِلم ہو تا کہ غُصّے کی حالت میں آپ کے جِگر اور دِل کو کِتنا نُقصان پہُنچتا ہے تو آپ کبھی کِسی بھی بات پر غُصّہ نہ کرتے۔ کِسی ڈاکٹر سے دریافت کریں۔ وہ آپ کو بتلائے گا کہ غُصّے کے دَور میں کِس طرح ہمارے خُون میں زہر پھَیل جاتا ہے۔

19

کیا فِکر یا تشویش سے آج تک کبھی کوئی مسئلہ حل ہُوا ہے؟ فِکر

اُلجھی ہُوئی سوچ سے پیدا ہوتا ہے۔ صاف اور صحیح ڈھنگ سے سوچنے کی عادت ڈالیں اور اپنے رنج والم کو ہنس کر بھُلا دیں جب تک اِنسان ہنس سکتا ہے خُود شیطان بھی اُس کا کچھ نہیں بگاڑ سکتا۔ کیا ہنسنے میں کچھ خرچ ہوتا ہے؟ ہنسنا بھی اُتنا ہی آسان ہے جتنا کہ فکر کرنا یا چڑچڑانا۔ صِرف شرُوع میں کچھ کوشش کرنی پڑتی ہے۔ کچھ وقت پاکر ہنسنا ایک عادت سی بن جاتی ہے۔ آپ کا فکر کرنا ظاہر کرتا ہے کہ آپ کو خُدا اور خُدا کی رحمت پر یقین نہیں ہے۔ مالِک کو اُس کی مَوج کے موافق سب کچھ کرنے دیں اُسے اپنی مرضی کے مُطابِق چلانے کی کوشِش نہ کریں۔ اپنے آپ کو اگر اُس کی مَوج اور رضا میں راضی رکھیں گے تو کبھی دُکھی نہیں ہوں گے۔

20

تیز دھار ہتھیار سے لگایا گیا گھاؤ تو وقت پاکر بھر جاتا ہے لیکن زبان کے ذریعے اِنسان کے دِل پر کیا گیا زخم کبھی نہیں بھرتا۔ کبھی کِسی جاندار کا دِل نہ دُکھاؤ۔ اِس بات کو بھی اُتنا ہی ضرُوری سمجھنا چاہیئے، جتنا ضرُوری گوشت وغیرہ سے پرہیز کرنے کا حلف ہے، جو ہم نام دان کی بخشِش کے وقت اُٹھاتے ہیں۔ قاعدے اور اصُولوں پر سختی سے کاربند ہُوئے بغیر عبادت اور رِیاضت نہیں ہوسکتی۔ گوشت وغیرہ کے اِستعمال سے پرہیز کے وعدے کا اصل مقصد یہ ہے کہ ہمارے دِل میں اہنسا اور رحم کا جذبہ پیدا ہوجائے۔ اہِنسا کا مطلب ہے کہ سوچ گُفتگو اور عمل کے ذریعے کِسی جاندار کو نُقصان یا چوٹ نہ پہنچانا۔ یاد رکھیں زِندگی سب کو پیاری ہے۔ پتنجلی رِشی نے یوگیوں کیلئے اپنے یوگ شاستر میں پانچ یموں (ممانعتیں) اور پانچ نیموں (اصُولوں) کا ذِکر کیا ہے۔ یہ رُوحانی زِندگی کے لئے نہایت اعلےٰ اصُول ہیں۔ جن سے ست سنگی بھی فائدہ اُٹھا سکتے ہیں۔

پانچ یَم یہ ہیں :

اہنسا : کسی بھی جاندار کو مَن ، وچن ، یا کرم (عمل) سے چوٹ یا نقصان نہ پہنچانا۔
استیہ : چوری نہ کرنا۔ جو چیز آپ کی نہیں ہے، نہ تو اُس کی تمنّا کرنا اور نہ ہی اُسکو قبول کرنا۔
سَتیہ : جھوٹ نہ بولنا۔ مُراد، من، وچن اور کرم (عمل) سے سچّا ہونا۔
برہم چریہ : من، وچن اور کرم (عمل) سے شہوانی جذبے کا ترک۔ مُراد، پاک دامن اور پرہیز گار رہنا۔ نُطفہ (ویریہ) کی حِفاظت کرنا۔
اپریگرہیہ : غیر ضروری اشیاء اکٹھا نہ کرنا، اُنکا ترک کرنا۔

پانچ نیَم یہ ہیں :

شَوچ : صفائی رکھنا، صاف سُتھرا رہنا۔
سَنتوش : صبر، صِدق جو مِلے اُسی میں خوش رہنا۔
تپ : اپنی مرضی سے گرمی، سردی، بھوک، پیاس تکلیف کا برداشت کرنا۔
سوادھیائے : دھارمک گرنتھوں کا مُطالعہ۔
ایشور پرنِدھان : خُدا کی ذات میں مُکمّل عقیدت رکھنا اور اپنے آپ کو اُس کی رضا پر چھوڑ دینا۔ اُسے پانے کے لئے کوشِش کرنا۔

21

ایک بار ست سنگ میں مہاراج جی ستگورو کی اندرونی حیرت انگیز

نوری صُورت کے جمال و جلال کا بیان فرما رہے تھے کہ ایک ست سنگی نے کھڑے ہو کر شکایت کی، " مہاراج جی! مجھے آپ کی نوری صُورت کے روز دیدار ہوا کرتے تھے۔ لیکن اب ایک مہینے سے وہ صُورت پھر ظاہر نہیں ہوئی۔" حضُور مہاراج جی نے جواب دیا کہ " آپ کے دل پر کوئی غم یا خوشی اثرانداز ہو گئی ہے۔" ست سنگی نے کہا، " جی ہاں، میرے اکلوتے بیٹے کی موت واقع ہو گئی ہے۔" تب مہاراج جی فرمانے لگے، " ستگورُو تو ہمیشہ اندر موجود ہیں۔ جب نفس مکمّل طور پر یکسو ہو کر اُوپر چلا جاتا ہے تو اُن کا دیدار کرتا ہے، لیکن جب منتشر یا پریشان ہوتا ہے تو نیچے گر جاتا ہے اور ستگورُو کے دیدار سے محروم رہ جاتا ہے۔ کیا رنج یا افسوس کرنے سے آج تک کسی کا کوئی کام بنا ہے؟ تشویش سے کبھی کسی کو کچھ حاصل ہُوا ہے؟ بھجن سمرن بلاناغہ کرتے رہو۔ یہی سُکھ، چین اور خوشی کا سرچشمہ ہے۔

22

جوانی میں نیک، پاک اور صاف ستھری زندگی بسر کرنے کے لئے ایک پیغمبر کے سے حوصلے، بہادری اور مصمّم ارادے کی ضرورت ہے۔

23

آپ جاننا چاہتے ہیں کہ پورا گورو (مرشدِ کامل) کون ہوتا ہے؟ اور اُس کی بخشش کیا ہوتی ہے؟ مرشدِ کامل انسان کی صورت میں خدا ہوتا ہے یا خدا میں سمایا ہوا انسان ہوتا ہے۔ ستگورو وہ انسان ہوتا ہے جس کی شکل میں کُل مالک، ست نام یا انحد شبد اس زمین پر اُتر کر رہائش اختیار کرتا ہے۔ وہ شبد مجسّم ہوتا ہے۔ ست پرُش اپنا دھام چھوڑ کر، اپنے آپ کو انسان کے چولے میں چھپا کر اپنے بیٹے کی تلاش میں اُن خانہ بدوشوں کی بستی میں جاتا ہے جو اُسے اغوا کر کے لے گئے تھے۔ وہ اُن خانہ بدوشوں کے ساتھ رہتا

ہَے۔ اُن کی طرح ہی زِندگی بسر کرتا ہے لیکن اُس کا بیٹا اُسے نہیں پہچانتا۔ اُس کی باتوں پر یقین نہیں کرتا۔ بڑی مُشکل سے وہ اپنے بیٹے کو اپنے ساتھ محل میں چلنے کے لئے راضی کر لیتا ہَے تاکہ بیٹا خُود اپنی آنکھوں سے دیکھ سکے کہ وہ کتنی بڑی دَولت کا وارِث ہَے۔ وہ اُسے خانہ بدوشوں کی بستی سے نِکال کر راج محل میں لاکر اُسے بیٹھنے کے لئے تخت پیش کرتا ہَے۔ وہ تب تک اپنے بیٹے کو نہیں چھوڑتا جب تک بیٹا پہلے کی طرح مُستقِل طَور پر اپنے رُتبے کو نہیں پا لیتا۔

24

وہی سُکھی ہَے جِس کی ضرُوریاتِ زِندگی یا خواہشات کم ہیں۔ خواہشات یا ضرُوریات جِس قدر کم ہوں اِنسان اُتنا ہی سُکھی ہوتا ہَے۔ "جا کو کچھُو نہ چاہیئے، سو ہی شہنشاہ" ہماری خواہشات ہی ہمیں مُفلس بناتی ہَے۔ جس کی کوئی آرزُو نہیں وہی سب سے زیادہ امیر ہَے۔ ہِندوستان میں اپنے عارضی قیام کے دَوران سکندرِ اعظم ایک سادھُو سے مِلنے گیا جو دریائے بیاس کے کِنارے رہتا تھا۔ سکندر نے اُس سادھُو کی غَیبی طاقتوں کے بارے میں بہت کچھُ سُن رکھا تھا۔ سکندر نے اُسے بڑ کے پتّوں سے بنی چھتری کے سائے میں کھجُور کے پتّوں پر بیٹھے دیکھا۔ یہی اُس سادھُو کی کُل مِلکیّت تھی۔ جب سکندر کو پتہ چلا کہ اُس سادھو نے مُوسلا دھار بارِش، کڑکتی دُھوپ اور سخت سردی میں بھی وہیں اپنی ساری زِندگی بسر کی ہَے تو اُس نے سادھُو کے لئے ایک گھر بنوانا چاہا۔ سادھُو نے اِنکار کر دِیا اور کہا، "مکان کیوں بنایا جائے؟ کیا ہمیں یہاں ہمیشہ کے لئے رہنا ہَے؟" تب سکندر نے پُوچھا، "کیا مَیں آپ کی کوئی اور خِدمت کر سکتا ہُوں؟" اُس پر سادھُو نے جواب دِیا۔ "ہاں، میں چاہتا ہُوں کہ آپ کا کوئی بھی آدمی میرے پاس نہ آئے۔"

سِکندر نے اپنی مَوت کے وقت اپنی سلطنت کا نصف حِصّہ اُس

شخص کو دینے کا اعلان کیا جو اُسے فقط اتنے وقت کے لئے زندہ رکھ سکے جس میں کہ وہ اپنی والدہ کو مِل سکے۔ حکیموں نے جواب دیا کہ خواہ وہ اپنی ساری سلطنت بھی کِسی کو کیوں نہ دے دے وہ اُس کی زِندگی میں ایک سانس کا بھی اِضافہ نہیں کر سکتے۔ بادشاہ کی آنکھوں سے آنسُو بہہ نِکلنے اور ایک سرد آہ بھر کر بولا، " افسوس اگر مُجھے اِس بات کا عِلم ہوتا کہ ایک ایک سانس کی اِتنی قیمت ہے تو میں کبھی بھی اپنے سانسوں کی پُونجی کو اِس طرح فضُول کاموں میں برباد نہ کرتا۔" پھر اُس نے حُکم دِیا کہ جب اُس کا جنازہ نِکلے تو اُس کے دونوں ہاتھ کفن سے باہر رکھے جائیں۔ اور ہتھیلیاں اُوپر کی طرف ہوں تاکہ دُنیا کو معلوم ہو کہ سکندرِ اعظم جو ساری دُنیا کو فتح کرنے کے خواب دیکھتا تھا، اِس عالمِ فنا سے خالی ہاتھ رُخصت ہو رہا ہے۔

25

نیک اور پاک صاف زِندگی بسر کرنے پر جِتنا بھی زور دِیا جائے کم ہے۔ رُوحانی ترقّی کے لئے اعلیٰ اخلاق اور اُونچے درجے کا چال چلن نہایت ضرُوری ہے۔ 'نام' اور 'کام' (شہوانی خواہش) ایک ساتھ نہیں رہ سکتے۔ وہ ایسے ہی ایک دُوسرے کے دُشمن ہیں، جیسے اندھیرا اور روشنی۔ جس دِل میں 'کام' ہے، اُس دِل میں 'نام' داخل نہیں ہوتا اور جب 'نام' آتا ہے تو 'کام' غائب ہو جاتا ہے۔ ست سنگی کو دُنیا کے لئے ایک زِندہ مثال کی صُورت میں رہنا چاہیئے۔ اُس کی آنکھوں سے پاکیزگی اور پاک دامنی کی جھلک اور اُس کے وجُود سے رُوحانیت کی مہک آنی چاہیئے۔ کام واسنا (شہوانی لذّت) سے بچو اور نفس کو شہوانی خواہشات سے خالی کرو۔ جِسم کے نَو دروازوں سے اُوپر اُٹھ کر ہی نیک، پُرسکُون اور صبر سے بھرپُور زِندگی بسر کی جا سکتی ہے۔ ایک طرف تو شہوانی لذّات میں غلطان رہنا اور دُوسری طرف خُدا کے وصال کی

اُمید رکھنا محض مذاق ہے۔ ایسے لوگوں کے لئے وہ دروازہ کبھی نہیں کھُلے گا۔

26

ستگورُو کی نوُری صوُرت اِس قدر منوّر، خوُبصوُرت اور دِلکش ہے کہ اُس کے دِیدار کے بعد اِس دُنیا میں کوئی اور شکل وصوُرت اچھیؔ نہیں لگتی اور اِس طرح دُنیا سے لگاؤ ٹوُٹ جاتا ہے۔ خُدا کے دِیدار کے لئے گہرے اِشتیاق اتھاہ پیار اور جُدائی کی تڑپ کا ہونا نہایت ضروری ہے۔ پیار کی آگ ہر قسم کی گندگی اور غلاظت کو جلا کر خاک کر دیتی ہے۔ فقط اپنے محبوبِ حقیقی سے وِصال کی تمنّا ہی باقی رہ جاتی ہے۔

27

کِسی کی نِندا نہ کرو۔ یہ ایک سنگین گُناہ ہے۔ دوُسرے گناہوں میں شاید کچھ لذّت یا خوُشی حاصل ہوتی ہو۔ لیکن بتاؤ کہ نِندا میں کونسا سُکھ مِلتا ہے۔ شِیراز کے مشہور مہاتما شیخ سعدی کا قول ہے کہ " اگر مجھے کِسی کی نِندا مطلوب ہو تو مَیں اپنی والدہ کی نِندا کروُں گا تا کہ میرے نیک اعمال کا پھل کِسی اور کی بجائے میری والدہ کو مِلے۔" حضوُر مہاراج بابا ساون سِنگھ جی کہا کرتے تھے کہ نِندا کرنے والے کے تمام نیک اعمال اُس شخص جس کو وہ بُرا بھلا کہتا ہے، کے حِساب میں جمع ہو جاتے ہیں۔ نِندا کرنے والا بغیر اُجرت کے مُفت میں ہمارے گُناہوں کی مَیل دھو دیتا ہے۔

28

والدین اور اُستاد اپنے بچّوں کے اندر نیک اَوصاف اور اعلےٰ چال چلن کے اصُول پیدا کرنے کی کوشِش تو کرتے ہیں لیکن افسوس کی بات ہے کہ بچّے بڑھتی ہوُئی عمُر کے دِلوں میں اصل رُوحانی خوُراک سے محرُوم رہ جاتے ہیں۔ اُن کی تعلیم و تربیت میں اِس سے زیادہ کھوکھلا پن اور کیا ہو سکتا

ہے کہ وہ پرماتما کی نسبت کچھ بھی نہیں جانتے، جو تمام نیک اَوصاف کا سرچشمہ اور سب داتوں کا بھنڈار ہے۔ جب اُن کی تعلیم میں اِس بُنیادی اصُول کو نظر انداز کر دیا جاتا ہے، تو آگے چل کر اُن کی زندگی میں اِنتشار اور پریشانیوں کے سبب نیک سلیقہ اور صاف ستھرے اخلاق کی رِوایت میں گراوٹ آنے لگتی ہے۔ والدین کا فرض ہے کہ وہ اپنے بچّوں کو پرماتما اور رُوحانیت کے بارے میں بتائیں اور اِس طرح اُن کے دِل میں صحیح سوچ وِچار کی طاقت کو بیدار کریں اور اُن کی زندگی کو نیک کردار اور سچّائی کی بُنیاد پر کھڑا کریں۔

29

یہ زِندگی اِس کائینات میں ہماری لاتعداد جنموں کی ایک کڑی ہے۔ جسم ختم ہو جاتا ہے لیکن رُوح لافانی ہے، ہمیشہ قائم رہتی ہے۔ وہ مالکِ کُل سے اپنی دُکھدائی جُدائی اور دُنیا میں بے سُود بھٹکنے کی حالت سے نکل کر خُوشی خُوشی اپنے اصل گھر (مقامِ حق) واپس لوٹنے کے راستے پر گامزن ہوتی ہے۔

راجستھان کے عظیم سنت دادُو صاحب کا قول ہے:

"میں تب بھی تھا، جب دُنیا وجُود میں نہیں آئی تھی۔ میں تب بھی رہُوں گا، جب دُنیا کی ہستی ختم ہو جائے گی۔"

30

بے معنی اور بیہودہ بات چیت سے گُریز کریں۔ اگر آپ اپنی رُوحانی مُفلسی سے باخبر ہوں تو ہر لمحہ اپنی رُوحانی وِراثت کے حصُول کے لئے کوشش کریں۔ اگر آپ فضُول بات چیت میں مصرُوف رہتے ہیں تو پرماتما سے کی گئیں آپ کی دُعائیں محض ایک مذاق بن کر رہ جاتی ہیں۔ یہ گفتگو کی بیہودگی آپ کو ریاکار (ڈھونگی) ثابت کرتی ہے۔ یہ رُوحانیت کی جڑ کو کاٹ دیتی ہے

ایک طرف تو خدا سے اُس کے فضل و کرم کے لئے دُعا مانگنا اور دُوسری طرف اپنے وقت کو رائیگاں اور طاقت کو بیکار ضائع کرنا، اِن دونوں کا آپس میں کوئی تال میل نہیں ہے۔ سوچیں زیادہ اور بولیں کم۔

31

میرے پاس اکثر ست سنگیوں کی شکایتیں آتی ہیں کہ من اُنکو بھجن میں نہیں بیٹھنے دیتا۔ وہ بہت آسانی سے اپنے من کے بہکاوے میں آجاتے ہیں۔ اگر رُوح بھجن کے لئے رضامند ہی نہیں ہے اور جسم بھی کمزور ہے تو پھر علاج ہی کیا ہے؟ آسن پر بیٹھے رہنے اور رُوح کے سمٹاؤ سے ذرا سی بھی تکلیف کے احساس سے من شاغل کو بھجن سے اُٹھنے کے لئے اُکساتا ہے۔ ہمیں اِس پکے اصُول کو ہمیشہ یاد رکھنا چاہیئے۔ "بغیر تکلیف کے کچھ بھی حاصل نہیں ہوتا" فقط بڑے بہادر جنگجُو ہی جو مَوت کو گلے لگانے (دُنیا کی خوشیوں سے مُنہ موڑ کر، وجُود کے نَو دروازے خالی کرنے) اور شیطان اور اعمال کے زبردست اندھیرے قلعے پر دھاوا بولنے کے لئے تیّار ہوں، اپنے مقصد کو حاصِل کر سکتے ہیں۔ سُنیئے، ربّ کے عاشق کیا کہتے ہیں۔" اے فرید! (اُسکی بارگاہ میں رسائی کرنے کی کوشش میں) میرا جسم بھٹّی کی مانند تپ رہا ہے اور میری ہڈیاں لکڑی کی طرح جل رہی ہیں۔ (کیا مَیں رُک جاؤں؟ نہیں) جب میرے پاؤں سُوکھ جائیں گے اور حرکت بھی نہ کر سکیں گے، تب میں اپنے محبُوبِ حقیقی کے دِیدار کی محض ایک جھلک کے لئے اپنے سر کے بل چلُونگا۔"

32

ست سنگ میں ایک امریکن عورت نے اعمال اور سنسکاروں کے بارے میں دریافت کیا۔ مہاراج جی نے جواب دِیا:

1. عمل ہمارے کئے ہُوئے افعال اور اُن کے ردِ عمل یا تاثرات

کو کہتے ہیں۔ سبب (کارن) اور انجام جزا اور سزا کا یہ قانون از خُود لاگو ہوتا ہے۔ اپنے کِئے اعمال کے نتیجے سے کوئی شخص نہیں بچ سکتا۔ جو ہم نے بویا ہے اُسے کاٹنا ہی ہو گا۔

2. اِنسان کے دبے ہُوئے رُجحانات جو گزشتہ جنموں سے پیدا ہوتے ہیں اُنہیں تاثّرات (سنسکار) کہتے ہیں۔ سنسکار اُس کے گزشتہ جنموں سے چلے آتے ہیں۔ اور اِس جنم میں اُس کے اعمال پر اثر انداز ہوتے ہیں۔

33

اُسی عورت نے حقیقت کی کھوج اور خُدا کی تلاش میں عقل اور دلیل کے اِستعمال کے بارے میں کچھ سوال پُوچھے۔ مہاراج جی نے فرمایا: "توجہ دے کر سُنیئے، پرماتما نے ہمیں عقل اِس دُنیا کے کام کاج کرنے کے لئے عطا کی تھی۔ یہ وہ طاقت ہے جس کے ذریعے ہم دُنیاوی مُشاہدوں کی جانچ پڑتال کر کے کِسی انجام پر پہُنچ سکتے ہیں۔ اور اُس کے مدِّ نظر اپنے آئندہ کام کاج میں اُس سے فائدہ اُٹھا سکتے ہیں۔ جب عقل کا دائرہ اِس قدر محدُود ہے تو وہ اُس لطیف اور لا محدُود رُوحانی حقیقت کی گہرائی کا اندازہ کِس طرح لگا سکتی ہے؟ دُنیاوی مُشاہدوں کا تعلّق تو باہر کی جانب لے جانے والے نَو دروازوں سے ہے۔ جبکہ رُوح کا مُلک دسویں گلی کے اندر ہے۔ اور پھر ماحول اور رِوایت، عُمر اور مُلک، پسند اور ناپسند کے لحاظ سے دلیل اور عقل میں کافی تبدیلی ہوتی رہتی ہے۔ ایک رشین اور ایک امریکن، ایک نوجوان اور ایک بُوڑھا شخص، ایک دُوسرے سے بالکل الگ الگ ڈھنگ سے سوچتے ہیں۔ کام اور کرودھ کی حالت میں انسان کی سوچ اور وِچار کِس قدر بے قابُو اور گندے ہو جاتے ہیں۔"

"جب عقل اور دلیل کا پیمانہ ہر لمحہ بدلتا رہتا ہے تو اِس کے ناپ تول

پربھروسہ کیسے کیا جاسکتا ہے؟

امریکن عورت نے پھر سوال کیا، " تب پرماتما کے حصول کے لئے ہمیں کس کا سہارا لینا چاہیئے؟ مہاراج جی نے سمجھایا، "جب شاغل نو دروازوں کو بند کرکے دُنیا کی طرف سے مُنہ موڑکر اندرونی طور پر اپنا رُوحانی سفر شروع کرتا ہے تو پرماتما کا علم ہونا شروع ہوجاتا ہے۔ باطن کے مُشاہدے اُنکی سمجھ اور عقل کی پہنچ سے باہر ہیں۔ فقط رُوح ہی اُنہیں سمجھ سکتی ہے۔ اِس گہرے رُوحانی راز کو عقل سُلجھا نہیں سکتی۔ صِرف ہماری رُوح ہی اُس حقیقتِ مُطلق (پرم ستیہ) کو سمجھ سکتی ہے۔ اُسے پہچان سکتی ہے۔ رُوح خُدا کا جزو (انش) ہے جیسے جیسے اُس کے شعُور (چیتنا) میں اِضافہ ہوتا جاتا ہے، وہ اُس لامحدُود پرماتما کو سمجھنے لگتی ہے۔ اور جب پرماتما کو پہچان لیتی ہے تو اپنے اصل میں سما جاتی ہے۔

اِس لئے اِس کمزور اور محدُود عقل سے دلیل کی چالوں کے ذریعہ لطیف رُوحانی بھیدوں کو سمجھنے کی کوشش نہ کرو۔ دُنیاوی اُمور کے مَیدان میں بھی بہت کچھ ہماری عقل اور سوچ کی گرفت سے باہر رہ جاتا ہے۔ پھر حواسِ خمسہ کی پہنچ سے باہر کے لطیف مقامات کے بارے میں ہم کیا کہہ سکتے ہیں؟ ایک بچّہ اپنی ماں سے پوچھتا ہے، "ماں! میں کیسے پَیدا ہُوا؟" ماں کو جواب معلوم ہے لیکن وہ یہ بھی جانتی ہے کہ بچّہ اُسے سمجھ نہیں سکتا۔ اِس لیے وہ ہنس کر جواب دیتی ہے۔ "مَیں نے ایک خانہ بدوش لڑکی سے تجھے ایک پیسے میں خریدا تھا۔

34

ایک عورت جِس کا بیٹا تعلیم حاصِل کرنے کے لئے ہوائی جہاز سے کِسی دُوسرے مُلک جا رہا تھا۔ مہاراج جی کے پاس آئی اور بولی، "مہاراج جی!

مَیں آج کل بہت فِکر میں رہتی ہُوں۔" مہاراج جی نے اُس کی فِکر کا سبب پُوچھا، تو کہنے لگی، "میرا بیٹا آگے پڑھائی کے لئے کل بذریعہ ہوائی جہاز یُورپ جا رہا ہے۔" مہاراج جی کچھ مُسکرائے۔ (اُن کے چہرے پر ہمیشہ ایک دِلکش مُسکراہٹ کھیلتی رہتی تھی) اور بولے، "اچھّا، تو اِس میں فِکر کی کیا بات ہے؟ چِنتا ہوائی سفر کی ہے، پڑھائی کی یا کل کی؟" وہ عورت بھی ہنس پڑی اور بولی، "مہاراج جی، جب مَیں ہوائی جہاز کے خطروں کے بارے میں سوچتی ہوں تو میرا دِل بیٹھ جاتا ہے۔"

مہاراج جی: "ہوائی سفر کے آرام اور سہُولت اور اُس سے منزل پر جلدی پہنچنے کے بارے میں کیوں نہ سوچا جائے؟"

مہاراج جی نے آگے فرمایا، "اِنسان اِسی طرح اپنے آپ کیلئے پریشانیاں پَیدا کر لیتا ہے۔ ہمارے نوّے فی صد فِکر ہمارے اپنے ہی پیدا کئے ہوئے ہوتے ہیں، اور بے بُنیاد ہوتے ہیں۔" مہاراج جی نے شیکسپیئر کی ایک کڑی دُہرائی، جس کا مطلب ہے کہ آنے والی مُصیبت کا خدشہ ہمیں اُس مُصیبت سے کہیں زیادہ دُکھی کر دیتا ہے۔ مُصیبت تو شاید آئے، اور شاید آئے ہی نہیں۔

35

ہمیں خُدا کی محبّت کے لئے لگاتار خُوراک کی ضرُورت ہے۔ آگ کی طرح بغیر اِیندھن کے وہ بُجھ سکتی ہے۔ بھجن سِمرن وہ اِیندھن ہے جو اِس آگ کو جلائے رکھتا ہے۔ اِس لئے اپنے بھجن سِمرن میں ایک دِن کا بھی ناغہ نہ کرو۔ بھجن میں ایک دِن کی لاپرواہی ہمارے سفر کی رفتار کو ایک مہینہ پیچھے لے جاتی ہے۔

36

زِندگی اِس لائق نہیں کہ ہم اِس کے بارے میں بہت فِکر کرتے رہیں۔

یہ نادانی میں شروع ہوتی ہے۔ انجام کار کچھ بھی نہیں، اور درمیان کا وقت بھی گزر ہی جاتا ہے۔ خواہ ہمیں اچھا لگے یا نہ لگے لیکن ایک دِن تو اِس کا آخر ضرور ہوگا۔ زندگی کی پریشانیوں کو ہنس کر بھلا دینا ہی عقلمندی ہے۔

37

ایک چھوٹی عمر کی عورت جس کے خاوند کی حال ہی میں موت ہوئی تھی، دُکھ میں اِس قدر ڈُوبی ہوئی تھی کہ اُس نے مہاراج جی سے عرض کی کہ اُسے اُٹھا لیں۔ اُس نے کہا، "مہاراج جی! میں مرنا چاہتی ہوں۔" مہاراج جی نے جواب دِیا، "آپ کی موت کیا آپ کے اُن اعمال کو ختم کر دے گی، جن کی وجہ سے یہ دُکھ آیا ہے؟ نہیں۔ آپ کے اعمال دُوسرے جنم میں ساتھ جائیں گے۔ پھر اعمال کے اِس قرضے کو ابھی کیوں نہ چُکتا کر دِیا جائے۔ بجائے اِس کے کہ اعمال (کرموں) کے بھاری بوجھ میں ایک اور گُناہ —— سب سے بڑا گُناہ، خُود کُشی —— کا اِضافہ کیا جائے۔"

38

میرے دوستو! اِس راستے پر سخت محنت کرنا نہایت ضروری ہے۔ جب تک ہم حسبِ توفیق محنت اور کوشش نہیں کرتے وہ دروازہ نہیں کھُل سکتا۔

39

ہماری سب گزارشیں اور دُعائیں بے معنی ہیں۔ جب تک کہ ہم اپنی طرف سے دروازہ کھولنے کی پُوری کوشش سے اُنہیں تقویت نہیں دیتے۔ ستگورو جانتے ہیں کہ نام کے لئے ہماری تمنّا اور پیاس فقط ظاہری دِکھاوا ہے۔ ہماری دُعائیں بے لاگ اور سچی نہیں ہیں۔ ہمارا من ابھی بھی دُنیا کے سازو سامان کی خواہشات سے بھرا ہُوا ہے۔ وہ حرص اور ہوس میں ڈُوبا ہُوا ہے۔ دُنیاوی شہرت اور مان بڑائی کے پیچھے بھاگ رہا ہے۔ غُرور اور تکبر میں رہتا ہے۔ یاد

رکھیئے ستگورو کو دھوکا نہیں دیا جا سکتا۔ جب تک دِل میں اُس کے وِصال کی سچّی تڑپ پیدا نہیں ہوتی، وہ خاموش رہتا ہے۔ اور توجہ نہیں دیتا۔

40

جب بچّہ گڑیوں اور کھلونوں سے کھیلتا رہتا ہے، ماں اُس کی طرف سے بے فکر رہتی ہے۔ لیکن جس وقت وہ اپنے کھلونوں کو پھینک دیتا ہے اور ماں کے سوائے اور کچھ نہیں چاہتا تو ماں بھی اُس کی چیخ پُکار کو درگزر نہیں کر سکتی۔ اُسے اپنی گود میں لینے کے لئے وہ دَوڑی چلی آتی ہے۔ اِسی طرح جب تک ہم اَوروں کے سہارے بیٹھے ہیں۔ پرماتما بھی ہمیں اپنے حال پر چھوڑ دیتا ہے۔ لیکن جب بار بار چوٹ کھا کر ہر طرف سے مایوس ہو جاتے ہیں اور جب ہم اُسے اپنا آخری ایک سہارا مان کر اُس ایک کی اوٹ اور پناہ لے لیتے ہیں تو وہ فوراً ہماری مدد کو آ پہنچتا ہے۔

41

سِمرن کرنے میں ایسی کونسی مُصیبت ہے؟ کیا اِس کے لئے کوئی قیمت ادا کرنی پڑتی ہے؟ کیا آپ کو اپنے سر پر کوئی وزن یا بوجھ اُٹھانا پڑتا ہے یا آپ کو بندُوق کی گولی یا توپ کے گولوں کا سامنا کرنا پڑتا ہے؟ اِس میں تکلیف کیا ہے؟ بس آرام سے کِسی کُرسی پر بیٹھ کر اپنے من سے ناموں کو دُہراتے رہیئے۔

ایک آواز : "مہاراج جی من بھٹکتا رہتا ہے۔"

مہاراج جی : ٹھیک ہے اُسے بھٹکنے دِیجئے۔ آپ اپنا سمرن کرتے رہیئے۔ پرماتما کی یاد میں صَرف کیا ہُوا ہر لمحہ آپ کے حِساب میں جمع ہوتا ہے۔ دِن میں دو بار 'سار بچن'، یا کِسی اور سنت مَت کی کِتاب میں سے دو تین شبد پڑھیئے۔ اِس سے کافی مدد مِلے گی۔

42

مُرید کے سب کام دُنیاداروں کے طور طریقوں سے اُلٹے ہوتے ہیں۔ اپنے محبُوب کے دِیدار کے لئے وہ اپنی آنکھیں بند کر لیتے ہیں۔ لوگ دَولت کی تمنا پُوری کرتے ہیں۔ اُنہیں غریبی عزیز ہوتی ہے۔ لوگ دُنیا کے سُکھوں کے پیچھے بھاگتے ہیں۔ وہ دُکھ کی خواہش کرتے ہیں۔ لوگ زِندگی کے پُجاری ہیں۔ اُنہیں موت پیاری لگتی ہے۔

43

ہر ایک مندر اور مسجِد کے دروازے پر لِکھ دو کہ خُدا مذہب و مِلّت سے دُور اِنسان کے اندر رہتا ہے۔

44

باطِن میں ستگوُرو کی نُوری صُورت تبھی ظاہر ہوگی جب دُنیا کی تمام خواہشات کو وہاں سے باہر نِکال دِیا جائے گا۔

45

ایک یُورپین ست سنگی کو جواب دیتے ہُوئے مہاراج جی نے فرمایا کہ سنت مہاتما دُنیاوی مقاصد کے حصُول کے لئے کرامات دِکھلانے یا رُوحانی قُوّت کے اِستعمال کی حمایت نہیں کرتے۔ ایک پہُنچے ہُوئے ست سنگی (رُوحانی شغل میں ترقّی یافتہ) کے لئے بیماری سے نجات دِلوا دینا۔ اندھے کو بینائی دینا یا مُردے کو زِندہ کر دینا کوئی مُشکل بات نہیں ہے۔ لیکن خُدا کے حُکم کے خِلاف ایسا کیوں کیا جائے؟ سنتوں مہاتماؤں کو خُود نمائی یا خُود پسندی مطلُوب نہیں ہوتی۔ اور نہ ہی اِس میں اُن کا کوئی ذاتی مفاد ہوتا ہے۔ وہ اُس کے حُکم کی تعمیل کرتے ہیں، نہ کہ اپنی مرضی۔ آپ سب کو گوُرو ہرگوبند صاحب کے سات سالہ بیٹے بابا اٹل کا حال معلُوم ہے۔ جب بابا اٹل اپنے دوست

موہن کے گھر اُس سے اپنی گزشتہ روز کے کھیل کی باری لینے گئے تو انہوں نے موہن کو زمین پر لیٹے ہُوئے اور اُس کے ماں باپ اور دیگر رشتہ داروں کو اس کے اِرد گِرد بیٹھے روتے پیٹتے ہُوئے دیکھا۔ لوگوں نے انہیں بتایا کہ موہن مر گیا ہے۔ بابا اٹل نے کہا، "نہیں وہ مرا نہیں۔ وہ کھیل میں باری نہ دینے کا بہانہ کر رہا ہے۔" اٹل نے اُس کا ہاتھ پکڑا اور اُسے اٹھا کر کھیل کے میدان میں لے آئے۔ جب گورو ہر گوبند صاحب نے یہ سارا ماجرا سُنا تو انہوں نے اپنے بیٹے کو اپنے سامنے بُلایا اور فرمایا، "بیٹا! اب یہ کرامات دکھانے کے بدلے یا تو تمہیں اِس دُنیا سے کُوچ کرنا ہوگا یا مجھے یہاں سے جانا ہوگا۔" بابا اٹل نے اپنی نادانی کی قیمت چُکانی قبول کی اور اُسی وقت وہیں زمین پر لیٹ گئے اور اپنے جسدِ خاکی کو خیرباد کہہ دیا۔ آپ نے امرت سر میں دربار صاحب کے پاس اُن کی سنگِ مرمر کی سمادھی دیکھی ہوگی۔ حضور مہاراج (بابا ساون سنگھ جی) فرمایا کرتے تھے کہ رِدّھیاں سِدھیاں ست سنگی کے راستے میں طوائفوں کا درجہ رکھتی ہیں۔ جو اُس کی تمام رُوحانی دَولت کو لُوٹ لینے کی کوشش کرتی ہیں۔ اُن سے ہمیشہ ہوشیار رہنا چاہیئے۔

46

شیکسپیئر کا قول ہے: "سچے عشق کا راستہ کبھی ہموار نہیں ہوتا۔ پیار جس قدر سچّا ہوگا راستہ اُسی قدر دُشوار ہوگا۔" یہی بات پرماتما کے پیار کی نسبت بھی صحیح ہے۔ جتنا زیادہ اُس سے آپ محبت کرتے ہیں اُتنی ہی زیادہ مُشکلات اور آزمائشیں وہ آپ کے راستے میں کھڑی کر دیتا ہے۔ سونے کو خالِص بنانے کے لئے اُسے آگ میں تپانا پڑتا ہے۔ پلٹو صاحب فرماتے ہیں "پریم کا راستہ آسان نہیں۔ کیا تُم اپنا سر اپنے ہاتھ سے کاٹنے کے لئے تیار ہو؟ اگر نہیں تو عشق کے خواب مت دیکھو۔ یہ کوئی کھانڈ کی ڈلی نہیں جسے تُم

نگل سکو۔ عاشق تو دِن رات سُولی پر لٹکا رہتا ہے۔ وہ جیتے جی مر جاتا ہے، اور اپنے وجُود اور زِندگی کی تمام خواہشات اور تمنّاؤں کو ترک کر دیتا ہے۔ اُس کے جسم میں ایک قطرہ بھی لہُو کا باقی نہیں رہتا۔ نہ تو وہ روتا ہے اور نہ ہی اُس کے دِل سے کبھی کوئی آہ ہی نکلتی ہے۔ دُنیا کی مان بڑائی سے اُوپر اُٹھ کر وہ خُوراک اور نیند کو بھی اپنے نزدِیک پھٹکنے نہیں دیتا۔ وہ لوگ کِتنے بے وقُوف ہیں جو عشق کو خالہ کے گھر کی دعوت سمجھ کر عاشق بننا چاہتے ہیں۔

47

ہم اپنے نایاب قیمتی اِنسانی قالِب کو کس طرح شہوانی لذّات میں برباد کر دیتے ہیں، جس کے عوض رنج والم، دُکھ، درد اور مُصیبت کے سوا اور کچھُ حاصل نہیں ہوتا۔ پرماتما نے اپنے فضل وکرم سے یہ جو بیش بہا اِنسانی جامہ عطا فرمایا ہے اُس کی قدر و قیمت کی سمجھ شاید ہمیں ہے ہی نہیں۔ نچلے درجے کے کروڑوں جنموں کے بعد ہمیں یہ اِنسانی قالِب نصیب ہوتا ہے۔ کیڑوں، مکوڑوں، پرندوں اور جانوروں کی سطح پر بھی ہمیں ماتا پِتا، بیوی بچّے مِلے تھے۔ رغبت، نفرت، شہوت، بھُوک اور لالچ کا ہمیں اُس وقت بھی اِحساس ہُوا تھا۔ پھر اِنسانی فضیلت کس بات میں ہے؟ اُس رحم وکرم کے مالک کے ہمیں عقل و فہم عطا فرمانے کا مقصد یہی تھا کہ ہم اِس جنم میں اپنے آپ کو پہچانیں، اپنے ربّ کی تلاش کریں، اور اُسے حاصِل کر لیں۔ اگر ہم یہ نہ کر سکیں تو ہم جانوروں سے بہتر نہیں ہیں۔ اِس لئے ہمیں چاہیئے کہ پرماتما کے وِصال کے لئے اِس سُنہری موقع کا پُورا فائدہ اُٹھائیں۔

48

بُرائی کا رُخ نیچے کی طرف ہوتا ہے۔ فقط ایک بُری سوچ بھی اِنسان کو ملکُوتی (برہمنڈ) اُونچائیوں سے گرا کر سب سے نچلے دوزخ کی گہرائیوں

میں پہنچا دیتی ہے۔ جیسے برفانی پہاڑ کی چوٹی سے پھسل کر انسان سیدھا نیچے آتا ہے۔ اسی طرح ایک شہوانی خیال شاغل کو نیچے کھینچ کر لے آتا ہے۔ 'کام' (شہوت)، اور عشقِ الٰہی ایک دوسرے کے مخالف ہیں۔ کسی بھی دل میں دونوں ایک ساتھ نہیں رہ سکتے۔ جہاں 'کام' (شہوت) ہے وہاں مالک کا پیار نہیں ہے۔ اور جہاں مالک کا پیار گھر کر لیتا ہے۔ وہاں سے 'کام' غائب ہو جاتا ہے۔

49

دُکھ، درد اور بیماری ہماری خوب صفائی کرتے ہیں۔ وہ ہمیں بہتر انسان بناتے ہیں، اور پرماتما کے نزدیک لے آتے ہیں۔ بھگوان شری کرشن جی (بھاگوت میں) اُدھو سے کہتے ہیں "میں اپنے پیارے بھگتوں کو تین نایاب بیش بہا تحفے عطا کرتا ہوں۔ وہ ہیں: 1. غریبی، 2. بیماری، 3. ذلت" عیسٰے مسیح نے سچ ہی کہا تھا کہ کسی امیر آدمی کے بارگاہِ الٰہی میں داخل ہونے سے اونٹ کا سوئی کے ناکے میں سے نکل جانا کہیں آسان ہے۔ بھگوان کرشن نے جسم کے پیار، شیخی، گھمنڈ اور دُنیاوی چیزوں کے لگاؤ کو پرماتما کے حصول کے راستے میں روڑے بتلایا ہے۔

ہماری چیدہ مطبوعات

کتاب	مصنف	پنجابی	ہندی	اردو
ساربچن، نثر اور سنگرہہ	سوامی شو دیال سنگھ جی مہاراج	〃	〃	〃
پرمارتھی پتر حصہ اوّل	بابا جیمل سنگھ جی مہاراج	〃	〃	〃
پرمارتھی پتر حصہ دوم	بابا ساون سنگھ جی مہاراج	〃	〃	〃
سنت مت پرکاش حصہ اوّل تا ہفتم	〃 〃 〃	〃	〃	〃
پرمارتھی ساکھیاں	〃 〃 〃	〃	〃	〃
گورمت سدھانت حصہ اوّل و دوم	〃 〃 〃	〃	〃	
سنت مت سدھانت	〃 〃 〃	〃	〃	
طلوعِ نور	〃 〃 〃			〃
روحانی پھول	سردار بہادر مہاراج جگت سنگھ جی	〃	〃	〃
آتم گیان	〃 〃 〃	〃	〃	〃
سنت مارگ	مہاراج چرن سنگھ جی	〃	〃	〃
سنتوں کی بانی	〃 〃 〃	〃	〃	〃
سنت مت درشن حصہ اول تا سوم	〃 〃 〃	〃	〃	〃
سنت سمواد حصہ اوّل دوم	〃 〃 〃	〃	〃	
جیوت مریئے بھوجل تریئے	〃 〃 〃	〃	〃	
پارس سے پارس	〃 〃 〃	〃	〃	〃
سنت پلٹو صاحب	شری آر۔ کے۔ سیٹھی	〃	〃	
سائیں بُلھے شاہ	ڈاکٹر پوری، ڈاکٹر شنگاری	〃	〃	〃
حضرت سلطان باہو	ڈاکٹر پوری، ڈاکٹر خاک	〃	〃	〃

		پنجابی	ہندی	اُردو
رُوحانی ڈائری حصہ اوّل تا سوم	رائے صاحب منشی رام	〃	〃	〃
پیامِ مُرشدِ کامل	دریائی لال کپُور	〃	〃	〃
فردوسِ بریں بر رُوئے زمیں	〃 〃 〃	〃	〃	〃
سَنت سندیش	شریمتی شانتی سیٹھی	〃	〃	〃
سنت کبیر	〃 〃 〃 〃	〃	〃	〃
اندر کی آواز	کرنل سانڈرس	〃	〃	〃
صحبتِ مُرشدِ کامل	ڈاکٹر جے۔ پی۔ جانسن	〃	〃	〃
ہنسا ہیرا موتی چُگنا	سردار سنتوکھ سنگھ، ڈاکٹر شنگاری	〃	〃	〃
سنت مت وِچار	ڈاکٹر شنگاری، ڈاکٹر خاک	〃	〃	〃
نام سِدھانت	ڈاکٹر شنگاری، ڈاکٹر خاک و دیگراں	〃	〃	
سنت چرن داس	ڈاکٹر شنگاری	〃	〃	〃
سرمد	ڈاکٹر جیت سنگھ سیتل	〃		〃
گورُو رویداس	ڈاکٹر اُپا دھیائے	〃	〃	
سنت دریا (بہار والے)	〃 〃	〃	〃	
کتابِ میرداد	میخائیل نعیمی	〃	〃	〃
سنت نامدیو	پروفیسر پُوری، شری سیٹھی	〃	〃	〃
تُلسی صاحب	〃 〃 〃 〃	〃	〃	〃
سنت دادُو دیال	ڈاکٹر اُپا دھیائے	〃	〃	〃
میرا پریم دِیوانی	شری وی۔ کے۔ سیٹھی	〃	〃	
گورُو نانک صاحب اور اُنکی رُوحانی تعلیم	پروفیسر جنک راج پُوری	〃	〃	

For Internet orders, please visit: www.rssb.org

For book orders within India, please write to:

Radha Soami Satsang Beas
BAV Distribution Centre, 5 Guru Ravi Dass Marg
Pusa Road, New Delhi 110005